



# Massage de bien-être et sportif à but familial (petit groupe)

<b>Description</b>	Apprenez les bases du massage classique afin d'offrir un moment de bien-être à votre entourage proche. Ce cours à but familial, vous donne quelques bases en anatomie et physiologie. Vous pourrez ainsi masser des personnes en bonne santé, les détendre et soulager leurs tensions du quotidien.		
<b>Contenu</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bases de l'anatomie et de la physiologie</li><li>• Informations sur les contre-indications</li><li>• Techniques de base et déroulement du massage classique d'une partie du corps et du corps entier</li></ul>		
<b>Prérequis</b>	Aucune connaissance préalable n'est requise.		
<b>Groupe cible</b>	Adultes		
<b>Objectifs</b>	Vous apprenez les bases de cette méthode et vous êtes ensuite en mesure de pratiquer un massage complet sur des personnes en bonne santé.		
<b>Etales suivantes</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Formation de Massage classique - Module 1 à diplôme</li><li>• Formation de Massage classique - Module 2 à diplôme - ASCA</li><li>• Formation de Coach en nutrition à diplôme</li></ul>		
<b>Date</b>	07.01.2021 - 28.01.2021 / E_1441591		
<b>Horaire</b>	18:00 - 21:00 h		
<b>Jours</b>	Je		
<b>Durée</b>	4 Jours de cours. Total 12.00 périodes à 50 minutes		
<b>Ecolage</b>	CHF 288.00		
<b>Lieu du cours</b>	Toula 20, 1630 Bulle		
<b>Dates</b>	<b>Jour</b>	<b>Date</b>	<b>Heures</b>
	1 Je	07.01.2021	18:00 - 21:00
	2 Je	14.01.2021	18:00 - 21:00

Ecole-club Migros La Gruyère Tel. +41 58 568 83 25

Rue de la Toula 20  
1630 Bulle

[ecole-club.gruyere@gmnefr.migros.ch](mailto:ecole-club.gruyere@gmnefr.migros.ch)  
[ecole-club.ch](http://ecole-club.ch)





# Massage de bien-être et sportif à but familial (petit groupe)

Dates	Jour	Date	Heures
	3 Je	21.01.2021	18:00 - 21:00
	4 Je	28.01.2021	18:00 - 21:00

**Ecole-club Migros La Gruyère** Tel. +41 58 568 83 25

Rue de la Toula 20  
1630 Bulle

[ecole-club.gruyere@gmnefr.migros.ch](mailto:ecole-club.gruyere@gmnefr.migros.ch)  
[ecole-club.ch](http://ecole-club.ch)

