



Approche de la réflexologie plantaire

Description	La réflexologie est un massage spécifique des pieds ou le corps est entièrement représenté. Cette technique de massage, par pressions sur des points réflexes bien définis, permet de faire circuler l'énergie entre nos organes qui sont tous reliés entre eux. Ce massage, tout à fait naturel et connu dès l'Antiquité, va permettre de réduire le stress, d'améliorer la circulation sanguine et de rétablir l'équilibre physique.		
Contenu	<ul style="list-style-type: none">• Apprentissage des systèmes de notre corps et leur fonctionnement.• Pratique d'un massage détente en réflexologie.		
Prérequis	Aucune connaissance préalable n'est requise.		
Objectifs	Découvrir la carte du corps sur le pied et pratiquer un massage de réflexologie de détente.		
Attestation	<ul style="list-style-type: none">• Pas de certificat à la fin de ce cours.		
Date	30.10.2021 - 30.10.2021 / E_1512296		
Horaire	13:30 - 17:30 h		
Jours	Sa		
Durée	1 Jours de cours. Total 4.00 périodes à 50 minutes		
Ecolage	CHF 112.00		
Lieu du cours	Rue de Genève 33, 1003 Lausanne		
Dates	Jour	Date	Heures
	1 Sa	30.10.2021	13:30 - 17:30

Ecole-club Migros Lausanne Tel. +41 58 568 30 00

Rue de Genève 33
1003 Lausanne

ecoleclub@gmvd.migros.ch
ecole-club.ch

