



# Massage assis "méthode Chantani"

<b>Description</b>	Apprenez à percevoir et à discerner les tensions et les douleurs grâce à la qualité du toucher. Le massage assis se pratique sur une simple chaise et sur une personne habillée. Ce cours est à la portée de tous et ne nécessite aucune connaissance préalable. Brochure à l'appui à payer à l'enseignante CHF 12.-.		
<b>Contenu</b>	Pratiqué régulièrement, ce massage vous apportera une diminution de vos tensions du dos, des épaules, de la nuque et des bras ainsi que de la tête		
<b>Objectifs</b>	Les différentes techniques, comme les effleurages, l'acupressure, les percussions, les pétrissages et les étirements forment un enchaînement harmonieux procurant un bien-être physique et psychique		
<b>Attestation</b>	Pour les professionnels et sur demande, une attestation agréée ASCA sera délivrée.		
<b>Informations supplémentaires</b>	Matériel : Un petit coussin		
<b>Date</b>	16.10.2021 - 16.10.2021 / E_1522784		
<b>Horaire</b>	09:00 - 17:00 h		
<b>Jours</b>	Sa		
<b>Durée</b>	1 Jours de cours. Total 8.00 périodes à 50 minutes		
<b>Ecolage</b>	CHF 224.00		
<b>Lieu du cours</b>	Métropole Centre, Rue Daniel-Jeanrichard 23, 2300 La Chaux-de-Fonds		
<b>Dates</b>	<b>Jour</b>	<b>Date</b>	<b>Heures</b>
	1 Sa	16.10.2021	09:00 - 17:00