



## Formation massage DEEP TISSUE 14 h

Le DEEP TISSUE est un ensemble de techniques de **massage très profond** que l'on pratique essentiellement à l'aide de ses pouces, poings, avant-bras ou coudes, utilisés à bon escient sur des trajets musculaires bien définis.

Ce massage permet de répondre aux **exigences d'une clientèle** en demande de massage profonds, notamment les touristes américains et Russes qui fréquentent les Palaces et les spas, mais aussi de plus en plus une clientèle française.

Se former au DEEP TISSUE, c'est s'inscrire dans une **démarche professionnelle sérieuse**, dans le but de comprendre bienfondé de ce massage et savoir le réaliser en toute sécurité tant pour soi (ergonomie) que pour sa clientèle (précision du geste et ajustement de la pression).

La pratique de ce massage demande **une bonne connaissance de l'anatomie palpation, une écoute et une bonne expérience du toucher en amont.**

---

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

#### THEORIE

1. Définition du deep tissue. Indications / contre-indications.
2. Théorie sur les fascias et les mécanismes des adhérences.
3. Retours anatomiques sur les muscles où les techniques seront appliquées.

#### PRATIQUE

1. Apprendre à maîtriser les techniques de massage deep tissue (pression et rythme).
2. Savoir les réaliser en étant capable de les intégrer dans un massage global de type suédois. Techniques d'approche et de réchauffement des régions massées.
3. Travail de l'écoute du praticien envers le receveur.
4. Ergonomie : travail de la posture et de la gestuelle corporelle, centrage et respiration.

---

**LES FORMATEURS** : Gaëlle Le Corre / Daniel Paré

**DUREE** : 2 jours / 14 h

**TARIF** : voir DEVIS

**DOCUMENT PEDAGOGIQUE** photo / **ATTESTATION** de fin de stage

---

**PRE-REQUIS** : anatomie palpation 14h / suédois 1 et pratique professionnelle ou spécialisation suédois 84h.