

Introduction au massage Californien

Qu'est-ce que le massage californien ?

Le massage californien est un massage de détente thérapeutique par excellence et l'art de toucher avec présence et respect. Il a la capacité de soulager les maux et les tensions en plus de favoriser l'écoute du vécu intérieur. Ce massage global s'attarde autant aux zones harmonieuses qu'aux zones tendues. Ainsi, en approfondissant le bien-être d'une région saine, son rayonnement a un effet bénéfique sur l'ensemble du corps. En utilisant le poids du corps, le massothérapeute crée une profondeur dynamique. Tantôt intense, tantôt doux, écoutant les tissus et cherchant la profondeur exquise, il amène le client à s'abandonner. Les personnes ayant des tensions musculosquelettiques ou souffrant de malaises chroniques, d'anxiété ou d'insomnie apprécient le massage californien. C'est un complément idéal à la psychothérapie, aux soins palliatifs et à l'oncologie. Les femmes enceintes ou les gens stressés qui recherchent la paix intérieure en raffolent. Cet atelier en présentiel, est un pré-requis pour faire la formation professionnelle de 195h en massage californien.

Informations et inscription :

[Massage Californien - Intro 15 heures | École de massothérapie Agnès Lacasse](#)

Introduction à la Polarité

Qu'est-ce que la polarité ?

La polarité est une approche énergétique holistique basée sur la théorie des 5 éléments: la terre, l'eau, le feu, l'air et l'éther. Ces éléments composent le corps au niveau vibratoire; ils sont reliés aux chakras et véhiculés en grande partie par le système nerveux. Comme chaque élément a une correspondance physique, psychologique et énergétique, la polarité touche à tous ces niveaux. Le but de la polarité est d'harmoniser la circulation énergétique en reliant, par la présence des mains, les pôles négatifs, neutres et positifs. Le trop-plein d'énergie d'une région sera alors attiré vers l'autre pôle, libérant au besoin, certains blocages. Lorsque l'énergie s'équilibre, la personne bénéficie d'une plus grande vitalité! La polarité offre un support énergétique et l'occasion d'habiter pleinement son corps. C'est une façon subtile de se détendre, d'être à son écoute et de se prendre en main en touchant à l'essentiel. La polarité ne remplace en aucun cas l'avis d'un médecin ou d'un psychologue. Elle n'a pas pour objectif de traiter ou de rétablir une déficience de la santé. Elle agit à titre d'accompagnement de la personne. Cet atelier en présentiel, est un pré-requis pour faire la formation professionnelle de 195h en polarité.

Informations et inscription :

[Polarité - Intro 15 heures | École de massothérapie Agnès Lacasse](#)