
ATELIERS FORMATIONS SUR MESURE EN MASSAGES BIEN-ETRE sur la Côte d'Azur

Le concept

Recevez une formation sur mesure aux massages bien-être par session de **3 heures**, sans engagement de durée.

Vous choisissez :

- ♥ La ou les zones du corps massées (dos, jambes, pieds, mains, ventre, visage, crâne, ...)
- ♥ Le type et la technique de massage bien-être (avec ou sans huile, au sol ou sur table de massage, ...)
- ♥ La pression exercée (douce, modérée, appuyée, ...).
- ♥ Votre ou vos partenaire(s) de formation (2 à 4 personnes maximum par session).
- ♥ Un lieu dans les Alpes-Maritimes ou le Var (votre domicile, votre lieu de vacances, une salle disponible, ...)*.
- ♥ La ou les dates (par demi-journée, en semaine ou en weekend).

Plus vous réunissez de participant(e)s à une session, plus le tarif est accessible * :

- ♥ 2 personnes : 90 euros / personne (30 euros de l'heure).
- ♥ 3 personnes : 75 euros / personne (25 euros de l'heure).
- ♥ 4 personnes : 60 euros / personne (20 euros de l'heure).

* Un supplément « déplacement » peut vous être demandé en fonction du nombre de participants et du lieu.

A qui s'adressent ces sessions de formations sur mesure ?

A toute personne souhaitant s'initier aux massages bien-être ou perfectionner son art, **en couple ou entre ami(e)s**. Aucune connaissance préalable ni capacité particulière n'est requise.

Si vous en avez l'utilité, chaque formation complétée et validée vous permet d'obtenir une attestation de participation incluant le nombre d'heures et la ou les disciplines enseignées.

Les attestations peuvent notamment vous aider à devenir membre de fédérations de massages bien-être.

La méthode pédagogique

Axée sur la **pratique** et sur des **exercices ludiques**.

Des supports de cours détaillés et tout l'équipement nécessaire sont fournis.

Vous assistez à des démonstrations commentées, puis vous pratiquez tout en étant guidé(e) et conseillé(e), étape par étape. En alternance avec votre partenaire, vous recevez la technique enseignée, puis vous la donnez.

L'accent est mis sur la **qualité du toucher**, l'**écoute**, le **ressenti** et la **présence**.

Vous êtes invité(e) à développer pendant chaque session une ouverture à vous-même et aux autres, dans la bienveillance, la bonne humeur et le respect mutuel :-).

Le formateur

Matthieu Charton, membre agréé de la FFMBE*

* Fédération Française de Massages Bien-Etre



Après de longs séjours en Thaïlande à recevoir des enseignements, à pratiquer dans des spas locaux et à animer des stages, je crée Latitude Zen en 2004 et complète mes formations en énergétique, en réflexologie, en lomi-lomi et en gestion émotionnelle.

Les massages bien-être, le développement personnel, la relaxation et le mieux-être sont avant tout un plaisir, une passion, un art de vivre, que je souhaite continuer à découvrir, à faire découvrir et à transmettre, dans la douceur et la bienveillance.

06 60 54 36 53 / matthieu@latitudezen.com

Les différentes prestations enseignées relèvent des domaines du bien-être, de la relaxation et de la détente, sans but thérapeutique. En raison de leur nature, elles ne s'apparentent à aucune pratique médicale ou relevant de la kinésithérapie.