

Formation Sophro-Massage



3 jours



Des sessions
sont disponibles
toute l'année.
Contactez-nous.



490 €

Le sophro-massage est une technique innovante qui allie les bienfaits de la sophrologie et du massage pour offrir une détente profonde, tant physique que mentale. Grâce à une approche holistique, cette discipline permet de relâcher les tensions, d'améliorer la gestion du stress et de favoriser le bien-être global.

Objectifs

- Maîtriser la technique du sophro-massage
- Développer des techniques de massage
- Développer des techniques de sophrologie
- Gérer son stress et promouvoir le bien-être
- Créer son activité de massage

Public

Tout public (novice) ou sophrologue/masseur déjà en fonction

Pré-requis

Aucun

Formation Sophro-Massage



3 jours



Des sessions
sont disponibles
toute l'année.
Contactez-nous.



490 €

Programme

Journée 1 : Introduction et bases du sophro-massage

- Accueil et présentation
- Théorie du sophro-massage
- Principe de base de la sophrologie
- Technique de base du massage
- Exercice pratique : initiation

Journée 2 : Techniques avancées et pratique

- Approfondissement des techniques de Massages spécifiques en sophro-massage
- Atelier pratique supervisé

Journée 3 : Perfectionnement et certification

- Révision et questions
- Pratique intensive

Formation Sophro-Massage



3 jours



Des sessions
sont disponibles
toute l'année.
Contactez-nous.



490 €

- Gestion d'une activité de sophro-massage / cabinet de massage
- Evaluation et certification

Modalités d'inscription

Pour vous inscrire, contactez-nous dès maintenant :

Par email - inscription@nicorelax-formation.com

Par téléphone - **06 12 78 15 56**