



Pleine conscience dans le massage et le mouvement

Beschreibung	Sophrokinésithérapie: découvrez les mécanismes de la relaxation et leurs applications pour votre équilibre personnel et professionnel. Cette méthode mise au point par un physiothérapeute / sophrologue propose une approche de la relaxation par des mouvements de rééducation.
Inhalt	<ul style="list-style-type: none">• Auto-massages et techniques mentales à disposition pour préserver sa santé ou en faire un outil complémentaire à sa profession.• Mise au point d'un programme d'entraînement
Voraussetzung	Bonnes connaissances en anatomie et physiologie
Zielgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Thérapeutes• Coachs sportifs
Lernziele	<ul style="list-style-type: none">• Découverte des mécanismes commun de la relaxation• Recherche de ses réflexes de blocage• Etude de la meilleure technique pour accéder à l'ouverture des zones fermées
Abschluss	Attestation reconnue par l'ASCA
Datum	auf Anfrage / D_72702
Dauer	Total 16.00 Lektion(en)
Preis	CHF 480.00
Durchführungsort	Ecole-club Migros La Gruyère (in Planung)

Ecole-club Migros La Gruyère Tel. +41 58 568 83 25

Rue de la Toula 20
1630 Bulle

ecole-club.gruyere@gmnefr.migros.ch
ecole-club.ch

