



fit'n  
zen

CENTRE DE FORMATION AUX TECHNIQUES  
DE MASSAGES DE BIEN-ÊTRE ET DU SPA



## NUAD BO RARN - Module 2 (Origine: Thaïlande)

Le massage thaï traditionnel (NUAD BO RARN) appelé également Thaï shiatsu, prend ses racines dans la médecine ayurvédique en Inde. Il intègre une combinaison de massages, d'acupressures, de travail sur les canaux énergétiques et des étirements doux et passifs.

Ce massage ancestral soulage les tensions, favorise le sommeil et permet de lutter contre le stress...



au sol



sur futon



habillé



pression  
4/5

### Contenu de la formation

#### **1-Prise en charge de la clientèle:**

- Questionnaire de base.
- Questionnaire médical.
- Présentation de la technique utilisée (utilisation des pressions et des étirements passifs).
- Contre-indications médicales.
- Technique de draping spécifique au massage thaï traditionnel.

#### **2-Anatomie et physiologie:**

- La femme enceinte, spécificité anatomique.
- Pathologies, problèmes principaux rencontrés et contre indications.
- Les zones à éviter.

#### **3-Protocole et pratique:**

- Approfondissement du protocole de massage Thaï traditionnel d'une durée d'environ 1H30, face antérieure et postérieure selon le protocole WAT PO.
- Apprentissage du massage Thaï latéral pouvant être utilisé sur les femmes enceintes.
- Approfondissement des techniques de pressions et de stretches passifs.

### Matériel fourni

- Livret de formation.
- Fiches de suivi pédagogique.

### Tarif / Durée

Durée de la formation: 3 jours, 21H + 30H de pratique individuelle  
Coût de la formation: 380€ (possibilité de paiement en 2 fois sans frais sur demande)  
5% de réduction si vous parrainez une personne sur la même formation, offre valable pour le parrain et le filleul.

**FIT'N ZEN - Arnaud PICARD**  
Centre de formation aux techniques de bien-être et du spa

Siège social: 12 rue sadi Carnot 76620 Le Havre  
SIRET 51300156000012  
Tel: 06 10 15 90 86  
Mail: info@fitnzenpro.com  
www.fitnzenpro.com