



## LE STICKMASSAGE ®

Cette technique de massage avec le Stick (une baguette en bois) a été développée par Daniel Griesser. Elle vous donne la possibilité de faire un massage en soi, mais de travailler en profondeur sur les muscles contracturés ou sur des adhérences de cicatrices musculaires. En plus, vous pouvez travailler sur les points de contractures et "les points gachettes". C'est une excellente méthode pour faire disparaître rapidement les douleurs musculaires, tendineuses et articulaires persistantes. Le Stick vous permet aussi d'économiser vos doigts lors de massages manuels.

**Thèmes :** Les trigger points dans le cadre de la blessure, comment palper et localiser les trigger points, les manoeuvres avec le Stick, le Stick massage sur soi-même.

**Lieu du cours :**

MEDI-ACADEMIE Sàrl, Rue de Lausanne 60, 1020 Renens

**Durée du cours:** 1 journée de 9h à 18h

**Date du prochain cours : Sa 28.05.2011**

**Prix du cours : CHF 350.-** tout compris (cours, matériel, certificat, DVD, le stick, boissons, dîner, cafés, etc.)



**INCLUS**