**PROGRAMME MODELAGE DRAINANT, AFFINANT ET RELAXANT**
 **OBJECTIF DE LA FORMATION**Intégrer l’enchainement d’un modelage qui va permettre de :
Contribuer au bien-être, à la relaxation profonde en produisant des endorphines naturelles.Réduire les insomnies, la nervositéStimuler la circulation lymphatique en affinant les jambes, les hanches et la taille.Détoxication les musclesStimuler le système sanguin (jambes lourdes)Diminuer la rétention d’eau, la cellulite, la surcharge pondéraleRenforcer le système immunitaire

**JOUR 1 :**
Rôle du système lymphatique
Indications
Contre-indications
Matériel et conseils
Les différentes manœuvres
Pratique : la tête et le cou

**JOUR 2 :**Révision : la tête et le cou
Les bras
Le ventre

**JOUR 3 :**Révision : tête, cou, bras et ventre
Le devant des jambes

**JOUR 4 :**Révision : tête, cou, bras, ventre et devant des jambes
L’arrière des jambes
Le dos

**JOUR 5 :**Le crane
Révision modelage total
Fin de formation et conclusion

**METHODE PEDAGOGIQUE**

Travail en binôme, échange d’expérience, support de formation

**TARIF**450 euros

**Patricia REPON – Naturopathe**
12 avenue Jean Moulin, Palais Vauban, 83000 Toulon
Tél : 06 09 50 04 19 - Mail : patrepon@sfr.fr