ACADEMY
SWISS D'ESTHETIQUE

FORMATION EN LIGNE · MASSAGE ÉNERGÉTIQUE & TECHNIQUE

MASSAGE DEEP TISSUE

Le massage des tissus profonds

Le deep tissue est un massage appuyé qui agit sur les couches musculaires profondes et les fascias. Lent et précis, il cible les zones de tension chroniques et s'adresse particulièrement aux personnes actives et sportives.

100 %
EN LIGNE · 24/7

Origine
AMÉRIQUE DU NORD

Certificat
ASE · EDUQUA

Formation en ligne · accès immédiat · à votre rythme

Academy Swiss d'Esthétique · Le Grand-Saconnex · certifiée EduQua

DÉTAIL DE LA FORMATION

Massage Deep tissue

Programme, bienfaits & précautions

▶ Ce que vous apprendrez

- Principes du deep tissue et rôle des fascias
- Anatomie musculaire ciblée
- Utilisation des avant-bras, coudes et pouces
- Travail lent, progressif et en profondeur
- Communication avec le client sur la pression
- Protocole complet et étirements associés

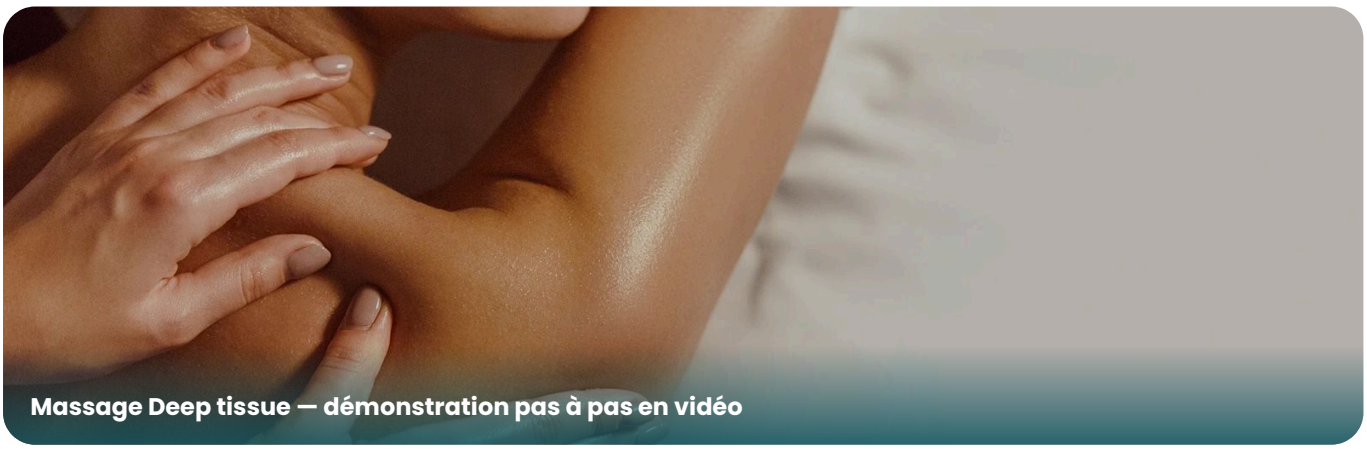
✓ Les bienfaits

- Dénouement des tensions chroniques
- Meilleure mobilité et souplesse
- Récupération musculaire
- Soulagement des zones de raideur

! Précautions

Principales contre-indications étudiées :

- Troubles de la coagulation, prise d'anticoagulants
- Ostéoporose, blessure ou opération récente
- Grossesse



Massage Deep tissue — démonstration pas à pas en vidéo

FORMAT & TARIF

Votre formation en ligne

Comment ça marche

Accès 24h/24, 7j/7
Vous apprenez quand vous voulez, à votre rythme, depuis chez vous.

Vidéos pas à pas
Chaque manœuvre démontrée en détail, à revoir autant de fois que nécessaire.

Fiche protocole
Le protocole complet à télécharger pour pratiquer en autonomie.

Quiz & certificat
Validez vos acquis et obtenez votre certificat ASE.

TARIF — FORMATION EN LIGNE

CHF 260.–

Massage Deep tissue · accès à l'ensemble des contenus

Cette formation fait partie du programme **Spa Praticienne** de l'Academy Swiss d'Esthétique. Combinez plusieurs massages pour construire votre carte de soins.

ACADEMY
SWISS D'ESTHETIQUE

Rejoignez-nous

Academy Swiss d'Esthétique — École d'esthétique & spa

Chemin du Pavillon 2 · 1218 Le Grand-Saconnex

+41 77 472 33 68 · +41 22 710 41 10

contact@acadyse.ch

www.acadyse.ch

Formation en ligne · accès immédiat

CERTIFICATION EDUQUA 2025–2026