ACADEMY
SWISS D'ESTHETIQUE

FORMATION EN LIGNE · MASSAGE ÉNERGÉTIQUE & TECHNIQUE

# MASSAGE THAÏ NIVEAU 1

*Étirements et pressions sur les lignes d'énergie*

Le massage thaï traditionnel se pratique habillé, sur un futon au sol. Il combine pressions sur les lignes d'énergie (Sen), mobilisations et étirements passifs inspirés du yoga. Ce niveau 1 pose toutes les bases de la pratique.

**100 %**
EN LIGNE · 24/7

**Origine**
THAÏLANDE · TRADITION ANCESTRALE

**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 Thaï niveau 1

*Programme, bienfaits & précautions*

## ▶ Ce que vous apprendrez

- Histoire et philosophie du massage thaï
- Les lignes d'énergie (Sen) principales
- Installation au sol, posture et ergonomie
- Pressions des paumes, des pouces et des coudes
- Étirements et mobilisations passifs de base
- Protocole niveau 1 complet

## ✓ Les bienfaits

- Assouplissement et mobilité articulaire
- Libération des tensions profondes
- Rééquilibrage énergétique
- Revitalisation et regain de tonus

## ! Précautions

Principales contre-indications étudiées :

- Grossesse
- Hernie discale, ostéoporose, problèmes articulaires
- Opération ou blessure récente



**Massage Thaï niveau 1 — 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 Thaï niveau 1 · 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**