

# Table des matières

## **Introduction**

### **L'histoire**

- *Le massage antique*
- *Le massage grec antique*
- *Le massage romain*
- *Le massage de jadis*
- *Des années 1800 aux années 1900*
- *Le massage du 20e siècle*
- *Le massage aujourd'hui*

### **Objectifs et avantages du massage**

- *Le massage aux pierres chaudes*
- *Le massage indien de la tête*
- *La thérapie martiale coréenne*
- *Le massage Shiatsu*
- *Le massage sportif*
- *Le massage suédois*
- *Le massage zen*
- *Le massage réflexologique*
- *La massothérapie balinaise*
- *La massothérapie comme médecine alternative complémentaire*
- *Les avantages*
- *Comment fonctionne la massothérapie*
- *Les applications positives*

### **Instruction et Formation**

- *Comment choisir un cours*
- *Spécialisation*
- *Les ateliers*
- *Pratique contre théorie*
- *Les compétences entrepreneuriales*
- *Accréditation et Licence*

### **Les différents types de Massage**

- *La massothérapie occidentale*

- *La massothérapie orientale*
- *Mixte*
- *Les types communs de massothérapie*
- *Le massage suédois*
- *Le massage des points sensibles*
- *Le massage des tissus profonds*
- *Le massage sportif*
- *Le Shiatsu*

### **Autres types de Massothérapie : Les Orientales**

- *L'acupression*

### **Les autres types de Massothérapie : Les Occidentales**

- *Le Rolfing*
- *Le massage médical*
- *La Réflexologie*
- *Terminologie*

### **Conclusion**