



---

## ATTESTATION

# Trigger points

Brigitte BORLOZ

Du 06.11.2025 au 07.11.2025. Le 05.12.2025.

24 heures de formation

Ecole Naturiel

*N. Quadri*

Nathalie QUADRI

Enseignante

*S. Mays*

Sandrine MAYS

Illarsaz, le 05.12.2025



---

**Cours**

Trigger points

**Date**

Du 06.11.2025 au 07.11.2025. Le 05.12.2025.

**Nombre d'heures d'enseignement**

24

**Contenu**

Définition, étiologie et histologie des Trigger Points

Comprendre la notion de douleur référée

Méthode de travail

Trigger points des muscles du haut du corps

Trigger points des muscles du bas du corps

Indications et contre-indications

Traitements

Différentes pathologies