

### Objectifs

- Découvrir l'univers du massage
- Pouvoir se projeter concrètement dans ce métier par le biais du partage d'expérience
- Acquérir, développer une anamnèse précise et professionnelle
- Pratiquer un massage de façon personnalisée
- Gagner en confiance dans son propre toucher
- Connaître & savoir appliquer les principes d'un massage global du corps
- Maîtriser le travail en poids de corps, mobilité et ergonomie posturale

### Prérequis

- Aucun prérequis

### Public concerné

- Professionnel(le)s du secteur du Spa, Esthétique et Médical
- Personnes en projet de reconversion professionnelle
- Personnes souhaitant pratiquer le massage dans le cercle de proches
- Toutes nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap après étude de la faisabilité

### Programme

#### Jour 1

- Accueil
- Présentation du programme
- Tour de table
- Test d'auto-positionnement
- Présentation du massage
- Approche en conscience du massage
- Démonstration et pratique filée du massage du dos - groupe 1 & 2
- Démonstration et pratique filée du massage des jambes face postérieure et pieds - groupe 1 & 2
- Prise de notes sur le support pédagogique

#### Jour 2

- Echange questions/réponses et révisions du jour 1
- Démonstration et pratique filée du massage face antérieure - groupe 1 & 2
- Prise de notes sur le support pédagogique
- Projection professionnelle
- Révision de l'ensemble du massage en autonomie ou guidée selon les besoins du groupe
- Evaluation - pratique en autonomie du massage initiation 1h
- Echange, débriefing et recommandations
- Questionnaire de satisfaction
- Remise d'une attestation de suivi de formation

# Programme de formation

## Initiation au Massage

### Modalités pédagogiques

- Formation en présentiel
- 90% du temps dédié à la mise en pratique
- Utilisation d'un support pédagogique contenant la théorie liée au massage initiation et le protocole de soin

### Modalités d'évaluation et de suivi

- Pratique en autonomie du massage initiation 1h
- Echange, débriefing et recommandations
- Possibilité d'obtenir un certificat d'aptitude délivré par le formateur lors d'un rendez-vous en one to one (60€).

### Durée



14 heures réparties sur 2 jours

### Tarifs



420€ TTC

Le règlement doit être soldé avant le 1<sup>er</sup> de jour de formation

### Modalités d'inscription

L'inscription est confirmée après réception du dossier d'inscription complet

(formulaire rempli, convention signée, règlement ou versement d'acompte de 30% effectué)