

Programme de formation

Massage Deep Tissue

Objectifs

- Présenter et conseiller le massage deep tissue à un client
- Pratiquer le massage deep tissue de façon personnalisée
- Connaître et savoir appliquer les principes d'un massage musculaire
- Maîtriser le travail en poids de corps, mobilité, ergonomie posturale et respiration

Prérequis

- Avoir suivi la formation initiation au massage pour les personnes en projet de reconversion professionnelle
- Aucun prérequis pour les professionnel(le)s du secteur du Spa, Esthétique et Médical

Public concerné

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

Programme

Jour 1 : 10h - 18h comprenant une pause déjeuner d'1h

- Accueil
- Présentation du programme
- Tour de table
- Test d'auto-positionnement
- Présentation du massage
- Démonstration et pratique filée du massage du dos - groupe 1 & 2
- Prise de notes sur le support pédagogique

Jour 2 : 10h - 18h comprenant une pause déjeuner d'1h

- Echange questions/réponses et révisions du jour 1
- Démonstration et pratique filée du massage des jambes face postérieure et antérieure - groupe 1 & 2
- Prise de notes sur le support pédagogique

Jour 3 : 10h - 18h comprenant une pause déjeuner d'1h

- Echange questions/réponses et révisions du jour 2
- Démonstration et pratique filée du massage du buste - 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 deep tissue 1h et QCM
- Echange, débriefing et recommandations
- Test d'auto-positionnement et questionnaire de satisfaction
- Remise d'une attestation de suivi de formation

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 deep tissue, des planches anatomiques et le protocole de soin

Modalités d'évaluation et de suivi

- Pratique en autonomie du massage deep tissue 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



21 heures réparties sur 3 jours

Tarifs



735€ TTC

Le règlement doit être soldé avant le 1^{er} de jour de formation

Modalités d'inscription

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

(entretien téléphonique, convention signée, règlement ou versement d'acompte de 30% effectué)