



 21 JOURS

 156H30 + 150H de pratique

 Particulier : 3 450€
Prise en charge : 4 450€*
*OPCO, entreprises, pole emploi

 8 stagiaires maximum par formation

 93 Chemin de la Guichardière
49125 Briollay

 Personnes en situation de handicap, vous pouvez contacter notre référente au 07.82.14.76.82

Prérequis

Aucun prérequis n'est exigé.
Il est cependant préférable d'avoir un projet professionnel

Public

Esthéticienne, professionnel bien-être et médical, demandeur d'emploi, salarié. Niveau d'entrée : sans niveau spécifique

Niveau de difficulté



Devenir praticien.ne en massage bien-être est une carrière enrichissante qui permet d'aider les gens à se détendre, à se reconnecter avec leur corps et à améliorer leur bien-être général. Cette formation massage très complète peut varier de quelques mois à 1 an. En suivant ce cursus, vous pouvez établir une carrière réussie et épanouissante en tant que praticien.ne en massage bien-être. N'oubliez pas que la passion pour le bien-être des autres et le dévouement à l'apprentissage continu sont des éléments clés pour réussir dans ce domaine.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Etre capable de réaliser un massage en toute autonomie (techniques, fluidité, drapping, environnement)
- Adopter des postures équilibrées et non épuisantes
- Connaître les contre indications et les bienfaits
- Savoir adapter le rythme et la pression aux besoins du massé
- Savoir installer un poste de travail efficacement

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

- 10% de théorie et 90% de pratique
- Protocole détaillé
- Modèles pour une pratique en conditions réelles

SUIVI ET EVALUATION DES RESULTATS

- Feuille d'émargement signée par l'apprenant et la formatrice
- Attestation de fin de formation (article L.6353-1 du Code du Travail, une attestation sera remise au(x) stagiaire(s) à l'issue de la formation)
- Evaluation sur modèle
- Test écrit de 30min
- Réalisation de 150h de pratique sur des modèles inconnus

DELAI D'ACCES

Le stagiaire pourra s'inscrire au plus tard un jour avant la formation en fonction de la disponibilité à la date d'inscription.

PROCEDURE D'INSCRIPTION

- Un entretien est réalisé par téléphone afin de connaître votre projet, vos besoins et de vous présenter le programme, les objectifs, le déroulé de la formation...
- Inscription en ligne sur www.czen49.fr
- Envoi d'un contrat ou d'une convention et d'une convocation par email
- Envoi d'un lien pour accéder à différents documents (CGV, livret accueil, liste équipement, règlement intérieur...)

Céline REVEILLARD

07.82.14.76.82 – contact.czen49@gmail.com



PROGRAMME

— Praticienne massage bien-être

PROGRAMME THEORIE - ELEARNING (9h-12h30 et 13h30-17h)

L'aromathérapie

- Les huiles végétales
- Les huiles essentielles
- Les hydrolats
- Les macerats huileux
- Les beurres végétaux
- Les combinaisons HV et HE

La clientèle

- La communication : les généralités
- La communication en massage
- Comment installer son poste de travail ?
- L'accueil du client
- Les besoins : généralités
- Les besoins du client en massage
- L'éthique et la déontologie
- L'écologie
- Les contre-indications

La protection énergétique

- Les outils
- Le protocole

Anatomie

- Généralités
- Le squelette, les muscles, les articulations, les TMS
- Planches

Les bases de la médecine chinoise

- Généralités
- Les méridiens
- Planches

Les bases de l'ayurvéda

- Généralités
- Doshas, gunas, chakras, marmathérapie
- Massage

Création d'entreprise

- Présentation
- Etude de marché, budget, statuts
- Organismes d'accompagnement

Législation et obligations

- Législation du massage
- RGPD, assurance, médiation de la consommation

Créer son massage signature

- Présentation
- Création

Comment développer le massage intuitif?

- Présentation
- Comment appréhender le massage intuitif?

PROGRAMME PRATIQUE

 (9h-12h30 et 13h30-17h)

8 techniques de massages, 15J (105h)

- 2J Massage californien (14h)
- 1J Massage crânien (7h)
- 2J Massage réflexologie plantaire (14h)
- 2J Massage ayurvédique (14h)
- 2J Massage balinais (14h)
- 2J Massage femme enceinte (14h)
- 2J Massage Lomi lomi (14h)
- 2J Massage Oriental (14h)

• 5J de perfectionnement (35h)

• 150h de pratique sur des modèles inconnus

• 30min test écrit

• 2h de retour sur la pratique



Céline REVEILLARD

07.82.14.76.82 – contact.czen49@gmail.com

