




C Zen49


CENTRE DE BIEN ETRE

# PROGRAMME


## Massage réflexologie plantaire


 2 JOURS


 14H

 Particulier : 455€  
Prise en charge : 555€\*

\*OPCO, entreprises, france travail

 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

Cette formation s'adresse aux professionnels du bien-être, de l'esthétique, de la santé, aux personnes en reconversion professionnelle ou toute personne souhaitant découvrir le secteur du massage. Il est fortement conseillé d'avoir une expression correcte en français à l'oral comme à l'écrit. L'entretien de motivation permet d'analyser la cohérence entre le projet professionnel envisagé et la formation choisie.

### Niveau de difficulté



### Délai d'accès

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

Issu de la médecine traditionnelle chinoise, le massage se pratique sur les pieds pour stimuler des points ou des zones réflexes. Chaque zone du pied correspond à un organe, une glande ou à une partie du corps. Cette technique se pratique par pressions avec une phase de prise de contact et une fin détente.

### OBJECTIFS

- Former des professionnels capables de réaliser, créer, appliquer des massages en toute autonomie et avec professionnalisme
- Maîtriser les techniques d'accueil afin d'offrir une expérience client personnalisée et qualitative
- Savoir adapter les prestations et les protocoles aux besoins, attentes et spécificités de chaque client
- Organiser et coordonner le travail afin de garantir la qualité des prestations proposées dans le respect des normes professionnelles du secteur du bien-être
- Veiller au respect des règles d'hygiène, de propreté et de sécurité des espaces de massage afin d'assurer le bien-être et la satisfaction de la clientèle

### COMPETENCES

- **Gérer la relation client** : accueillir le client, à son arrivée et à son départ, analyser ses besoins, orienter vers la bonne prestation, installer le client confortablement et en sécurité, expliquer le déroulement du massage, gérer les réclamations tout en garantissant la satisfaction
- **Gérer les prestations massages** : exécuter des massages dans le respect des protocoles établis, adopter des postures équilibrées et non épuisantes, maîtriser le drapage pour le confort du client
- **Préparer la cabine de massage** et si besoin les installations spécifiques : installer les équipements, créer une ambiance relaxante et cocooning
- **Respecter les règles d'hygiène et de sécurité** : assurer l'hygiène, la propreté et la sécurité des espaces de massages et d'accueil

### 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](http://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...)

### PROGRAMME JOUR 1 (9h-12h30 et 13h30-17h)

- Présentation : stagiaires, formatrice, formation (objectifs, déroulé...)
- Théorie (histoire du massage, bienfaits, contre-indication, règle hygiène, équipement...).
- Connaître les postures de base (cavalier et fente)
- Echauffement corporel
- Installation du poste de travail et du modèle
- Démonstration par la formatrice
- Mise en situation par le stagiaire
- Rangement et nettoyage du poste de travail
- Retour sur la journée, questions

### PROGRAMME JOUR 2 (9h-12h30 et 13h30-17h)

- Echange et questions sur la journée 1 entre les stagiaires et la formatrice
- Echauffement
- Installation du poste de travail et du modèle
- Démonstration de la suite du protocole par la formatrice
- Mise en situation par le stagiaire
- Evaluation du stagiaire sur l'intégralité du massage sous le contrôle de la formatrice
- Echange et questions entre stagiaires et la formatrice
- Remise d'un questionnaire de satisfaction et d'auto-évaluation, d'une attestation de fin de formation et d'un certificat
- Rangement et nettoyage du poste de travail

### SUIVI ET EVALUATION DES RESULTATS

- Questionnaire de positionnement en entrée en formation
- Evaluation des acquis : suivi de l'avancement des travaux, mise en situation sur un modèle pour une pratique en condition réelle...
- Questionnaire auto-évaluation en fin de parcours
- Remise d'un protocole, d'une attestation, d'un certificat et d'un audio de filage

Céline REVEILLARD

07.82.14.76.82 – [contact.czen49@gmail.com](mailto:contact.czen49@gmail.com)