

Programme de Formation

Massage amincissant

(mise à jour janvier 2025)

Public : Chefs d'entreprise ou salariés dans le secteur bien-être.

Pré-requis : Pratique d'un premier massage conseillé

Contact & Admission : Entretien physique ou téléphonique avec Elisabeth Catusse afin d'évaluer les besoins et attentes du stagiaire et finalisation de la demande de prise en charge.

Modalités et délais d'accès : Inscription 1 mois au plus tard avant le démarrage de la formation.

Objectifs pédagogiques :

- Maîtriser les gestes clés du massage amincissant
- Cerner les besoins spécifiques de la clientèle
- Adapter les techniques, choisir la gestuelle juste
- Maîtriser quelques notions de naturopathie, anatomie et hygiène de vie
- Savoir proposer et effectuer les soins annexes éventuels: Pétrissage et modelage
- Exposer les objectifs et l'intérêt d'une cure complète

Résumé du plan :

1. Introduction
2. bienfaits et contre indications
3. Matériel nécessaire
4. Notions générales d'hygiène de vie issues de la naturopathie
5. apprentissage des gestes clés et posturologie
6. apprentissage du protocole du massage amincissant

Méthodes mobilisées (Moyens techniques & Pédagogiques) : Support de cours (descriptif du massage, bienfaits, clientèle visée, contre-indications, protocole et annexes).

Table de massage, serviettes de massage, coussins et plaids, huiles de massage, gommage et produits d'enveloppement, ventouses.

Pratique des gestes et des protocoles complets sur un ou plusieurs modèles.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Avant chaque formation, nous réalisons un diagnostic (fiche d'entrée en formation). Si nécessaire, nous orientons sur des structures spécialisées.

Référent Handicap : Cécile Fiter - 07 83 67 20 79 - cecilefiter@gmail.com

Support pédagogique : Un livret récapitulatif est remis à chaque stagiaire.

Modalités d'évaluation : Exercices pratiques & études de cas avec le formateur sur modèle

Durée : 2 jours (16 heures)

Tarif: Nous consulter

Déroulé du programme de formation

Un massage amincissant s'adapte en fonction des besoins du client. D'une durée d'une heure maximum, le soin amincissant va être ciblé au niveau des zones adipocytaires.

Le soin se fait avec un mélange d'huiles essentielles amincissantes, tonifiantes et drainantes, il peut également se faire sur un gel ou une crème amincissante et s'accompagner de soins annexes tels que gommage et enveloppement.

Mener une séance de massage amincissant de manière professionnelle en écoutant les besoins réels de sa clientèle et en s'adaptant à sa morphologie sont les objectifs principaux de cette formation

Jours 1 & 2

1. Présentation / Spécificités du massage
2. Les indications et contre-indications.
3. Les différentes manœuvres spécifiques : malaxage, palper rouler, drainages...
4. Notions de Naturopathie pour une prise en charge globale de la clientèle
5. Jeux de rôle pour une étude de cas.
6. posturologie du masseur et dynamique générale
7. Démonstration et pratique du protocole pas à pas
8. Evaluation pratique / Test de connaissances
9. Débriefing : questions/réponses