

DEVENIR PRATICIEN(NE)

en Massage Bien-être



## **MASSAGE Classique Holistique aux Huiles Essentielles**

**206 heures**

Issu du mot grec « holos » qui signifie globalité de l'être, le massage holistique agit sur l'ensemble de l'être.

Le massage classique holistique libère les tensions psychiques et physiques. Le terme holistique sert donc à désigner l'ensemble des techniques de massages qui agissent à la fois sur le physique et sur le mental.

**Cette formation Praticien en massages-bien-être s'adresse aux personnes qui ont pour objectif une pratique professionnelle des massages bien-être.**

Ce programme de stages développant savoir-être et savoir-faire, il s'appuie sur les expériences professionnelles auprès d'une clientèle privée, en instituts, en spas, en événementiel, en France et à l'étranger.

### **Programme de la formation Théorique :**

- Historique du massage
- Indications et contre-indications au massage-bien-être
- Bienfaits du massage
- Les effets mécaniques, biochimiques, nerveux
- Les effets organiques, et psychologiques
- Anatomie, physiologie, pathologie
- Ethique et déontologie
- Hygiène et sécurité
- Gestion de séance
- Préparation à l'examen théorique

## **Programme de la formation Pratique :**

- Préparation de la table de massage et des huiles
- Echauffement et assouplissement du corps (préparation avant séance)
- Préparation globale et par secteur du corps (grands huilages)
- Protocole des mouvements de massage face postérieure
- Protocole des mouvements de massage du dos approfondi
- Protocole des mouvements de massage face antérieure
- Protocole pieds, mains, tête, visage
- Massage sectoriel suivant évolution
- Adaptation des différentes pressions suivant les mouvements
- Techniques de relaxation
- Etirements du corps
- Techniques de perfectionnement universel (5en1)
- Accompagnement : trouver la bonne position et les gestes justes

## **Objectifs :**

Etre capable d'assurer une séance de 1h à 2h.

Savoir accueillir et être à l'écoute de son client, de déterminer la séance suivant ses besoins afin de lui apporter des conseils personnalisés.

Respecter la pudeur, et le confort du receveur.

Adapter les différentes pressions à chaque partie du corps en fonctions des tensions de la personne et de son ressenti.

Comprendre les effets physiologiques, psychologiques, nerveux, mécaniques sur l'ensemble de la séance.

Avoir les bonnes postures pour réaliser les enchaînements et manœuvres, afin d'harmoniser et donner aux mouvements une parfaite aisance.

Son objectif principal est de créer une harmonie parfaite entre corps, système nerveux, système digestif et circulatoire de manière à relaxer entièrement le corps et l'esprit dans une harmonisation holistique (Globalité de l'être).

Un certificat de stage est délivré au stagiaire qui a suivi entièrement le stage 206h et démontré la maîtrise des techniques enseignées. Vous devez avoir effectué au moins 50h d'entraînement et avoir suivi l'ensemble des journées pratiques, théoriques et de supervision. Attestation de formation délivrée en fin de stage.

Durée :

<b>Théorie :</b>	<b>60 h</b>
<b>Pratique :</b>	<b>146 h</b>
<b>Total des heures de formation</b>	<b><u>206 h</u></b>

<b>Pratique obligatoire massage en solo lors de la formation avant la supervision pratique sans la formatrice</b>	<b>50 h</b>
---	-------------

<b>Révision théorique et pratique obligatoire avant supervision Avec la formatrice</b>	<b>14 h</b>
--	-------------

<b>Validation théorique</b>	<b>3 h</b>
<b>Validation pratique</b>	<b>3 h</b>

<b>Total final des heures</b>	<b><u>276 h</u></b>
-------------------------------	---------------------

Tarif: 4120€

(Possibilité de paiement échelonné)

En groupes maxi 6 personnes sur 206h de 9h à 17h Dates 2020 me contacter

En cours particulier maxi 2 personnes (140h)

**Après un total de 200 heures de formation** (minimum requis pour adhérer à la F.F.M.B.E.), vous pourrez accéder directement au titre de praticien en massage de bien-être, être présent sur la liste national des praticiens de la Fédération, bénéficier d'une assurance responsabilité civile professionnelle (A.R.C.P.) et d'une protection juridique adaptée.