

LES BASES DU MASSAGE

INITIATION AUX PRINCIPALES TECHNIQUES

Comprendre et pratiquer le massage de bien-être



DURÉE :

7 jours du lundi 10 au dimanche 16 avril 2023 inclus



ORGANISATION :

- Accueil : 8h00
- Démarrage des cours : 8h30 - 12h30 pause à 11h30
- Repas : 12h30 - 13h30
- Reprise : 13h45 - 16h45



MODALITÉS D'INSCRIPTION :

Pour vous inscrire et réserver votre place, merci de remplir le dossier d'inscription et de le renvoyer à Marie-Claire Valcy :

Mail : mcee.steam@gmail.com

Tél : 06.23.83.04.63 / 594 694 279 005

CONTENU DE LA FORMATION :

JOUR 1 :

Matin - Théorie

- Présentation de la formation
- Présentation de l'objectif
- Définition de la notion de bien-être
- Présentation de l'Auto-massage
- Explication des règles de sécurité du massage
- Présentation des huiles végétales

Après-midi - pratique

- Présentation des tables de massage - critère de choix
- Installation de son matériel de travail
- Démonstration et pratique massage dos/cou- nuque
- Démonstration et pratique massage jambe face postérieure

JOUR 2 :

Matin - Théorie

- Pratique de l'auto-massage
- Présentation des huiles essentielles
- Sécurité par rapport aux huiles essentielles (les synergies)
- Critères posturaux du masseur

Après-midi - pratique

- Démonstration et pratique massage pied/jambe face antérieure
- Révision dos/cou - nuque



JOUR 3 :

Matin - Théorie

- Pratique de l'auto-massage
- Fonctionnement physiologique du massage (les hormones)
- Structure d'un protocole
- Fonctionnalité des différentes manœuvres
- Prise en charge du client

Après-midi - pratique

- Démonstration et pratique massage main/bras
- Révision

JOUR 4 :

Matin- Théorie

- Pratique de l'auto-massage
- Approche gestion du stress
- Accompagnement du client

Après-Midi - Pratique

- Démonstration et pratique massage visage/crâne
- Démonstration et pratique ventre
- Révision

JOUR 5 :

Matin - Pratique

- Démonstration et massage corps entier massage détente

Après-midi - Théorie

- Approche des techniques chinoises



JOUR 6 :

Matin - Pratique

- Démonstration et pratique des techniques chinoises

Après-midi - Pratique

- Révision des pratiques

JOUR 7 :

Matin - pratique

- Révision des techniques segmentaires en binôme

Après-midi - Pratique

- Révision de la pratique du massage corps entier sur personnes externes

MATÉRIEL DEMANDÉ :

- Table de massage fournies
- 2 maxi serviettes de bain
- 2 petites serviettes
- tenue confortable
- huile de massage neutre pour éviter toute possibilité d'intolérance ou d'allergie
- de quoi prendre des notes

TARIF DE LA FORMATION 950 €



PRÉSENTATION DE LA FORMATRICE



MARGARETE RONDOP

Native de Guadeloupe, j'ai toujours voulu travailler au service de la santé d'autrui. Ce qui a bien sûr guidé mon cursus scolaire, mes études, ainsi que le choix de ma profession.

Après 12 ans dans le milieu médical, j'ai décidé de changer mon approche de la prise en charge du bien-être de chacun par le biais du massage. Masseuse de bien-être depuis plus de 20 ans maintenant, j'ai commencé mon parcours dans le milieu de l'hôtellerie de luxe, puis j'ai pratiqué le massage au domicile de particuliers et enfin en 2015 j'ai ouvert mon institut que j'ai nommé : l'arbre du voyageur. En 2005, j'ai complété mon activité de masseuse avec celle de formatrice pour adultes qui me permet de partager et d'amener différents conseils aux personnes qui souhaitent elles aussi s'épanouir dans le bien-être.



FORMULAIRE D'INSCRIPTION

NOM :

.....

PRÉNOM :

.....

ADRESSE :

.....

MAIL :

.....

TÉLÉPHONE :

.....

DATE ET LIEU DE NAISSANCE :

.....

