
Objectifs :

- Être capable de définir, décrire et appliquer les mouvements de massage relaxant tout en comprenant leurs effets et bénéfices. - Développer des techniques de travail saines et une bonne « ergonomie de corps » / Posture
- Comprendre et connaître les contre-indications au massage relaxant aux huiles essentielles
- Être capable de performer un massage relaxant dans un temps défini (60mn)
- Connaître les huiles essentielles adaptées au massage relaxant, leurs bienfaits, leurs risques et leurs contre-indications.

Public concerné et prérequis :

- amateurs et particuliers pour leur intérêt personnel - professionnels souhaitant faire évoluer leurs compétences
- personnes en projet d'orientation ou réorientation professionnelle

PAS DE PREREQUIS

Qualification des intervenants :

Anne-Sophie Dufeutrelle, Directrice et formatrice de l'école En Vie de Sens, Massothérapeute depuis 2009

Moyens pédagogiques et techniques :

Les moyens et outils pédagogiques mis à dispositions du stagiaire sont :

- des outils d'aide à l'apprentissage (tableau blanc, vidéoprojecteur, paperboard...).
- des supports pédagogiques (livrets et vidéos pédagogiques)
- démonstration par le formateur

Durée, effectifs :

EN VIE DE SENS

80 rue Laponneraye 37000 Tours
Tél. 0608138035 – contact@enviedesens.fr
SASU au capital de 1000 € – RCS – SIRET 88185558900019 – NAF 9604Z



14 heures.

6 stagiaires.

Programme :

1e jour (7heures de formation): - Origine du massage /connaissances de base

- Bienfaits du massage
- contre-indications
- Posture du praticien équilibrée et non épuisante/ancrage/respiration
- Pratique du protocole sur le dos, les bras et les jambes

2e jour (7heures de formation) :

- Révision de la pratique de la veille
- Apprentissage de la suite du protocole jambes, buste et visage
- Révision globale du protocole d'une heure
- Evaluation

Modalités d'évaluation des acquis :

- Evaluation des compétences en fin de module- Livret de pratique (10 massages à réaliser sous 6 mois avant la certification)
- Réalisation finale d'un massage relaxant aux huiles essentielles complet en présence de la formatrice

Sanction visée :

A l'issu de la formation, le stagiaire recevra un certificat de suivi de formation

Matériel nécessaire pour suivre la formation :

Le stagiaire devra se munir pour suivre sa formation :

EN VIE DE SENS

80 rue Laponneraye 37000 Tours

Tél. 0608138035 – contact@enviedesens.fr

SASU au capital de 1000 € – RCS – SIRET 88185558900019 – NAF 9604Z



Programme de formation MASSAGE CALIFORNIEN/SUEDOIS

- 2 grandes serviettes et une tenue confortable- d'un bloc note et d'un stylo

Délais moyens pour accéder à la formation :

Les inscriptions se font tout au long de l'année en fonction du calendrier consultable sur notre site internet et du nombre de places restantes au moment de l'inscription.

Une session à lieu si 2 stagiaires sont inscrits mais seules 6 places sont disponibles.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

La formation est accessible aux personnes en situation d'handicap souhaitant s'orienter vers les métiers de la beauté et du bien-être. N'hésitez pas à contacter l'école En Vie de Sens si vous êtes concernés. Notre équipe est à votre écoute pour vous conseiller et étudier les différentes possibilités d'adaptations pour suivre cette formation.

Tarif :

360,00 €

EN VIE DE SENS

80 rue Laponneraye 37000 Tours

Tél. 0608138035 – contact@enviedesens.fr

SASU au capital de 1000 € – RCS – SIRET 88185558900019 – NAF 9604Z