



# LES FONDAMENTAUX DE LA PRATIQUE DU MASSAGE

 3 JOURS

 21 HEURES

**6** STAGIAIRES MAXIMUM  
PAR SESSION DE  
FORMATION

 MATÉRIEL ET MODÈLES À  
DISPOSITION PENDANT  
LA FORMATION

Pour les professionnels et demandes de  
financement, contactez votre conseiller



Cette formation, d'une durée de 3 jours, associe la théorie à la pratique. Les groupes, comprenant au maximum 6 participants, offrent à chacun l'opportunité de jouer à la fois le rôle de receveur et de donneur, favorisant ainsi une meilleure compréhension et une véritable expérience du massage.

**À l'issue de cette formation, vous serez en mesure de dispenser un massage thématique d'une durée de 50 minutes.**

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Maîtriser les fondamentaux du massage
- Développer ses compétences dans le secteur du bien-être
- Respecter et maîtriser des règles d'hygiène et de la réglementation liée à aux fondamentaux du massage
- Proposer un service adapté aux besoins de la clientèle en la conseillant et l'informant sur la technique enseignée
- Adapter et prendre en compte le niveau de satisfaction du client
- Utiliser et vendre des produits en lien avec la prestation

## MOYENS TECHNIQUES & PÉDAGOGIQUES

- Supports de cours théoriques
- Salles de formation adaptées
- Matériel et produits professionnels mis à disposition
- Modèles pour une pratique en conditions réelles

## MOYENS D'ENCADREMENT & VALIDATION DES ACQUIS

- Formateur ayant au minimum 5 ans d'expérience dans le domaine du massage
- La mise en pratique est exécutée sous le contrôle du formateur qui jugera du degré de maîtrise des techniques et des compétences du stagiaire.

## DÉLAIS D'ACCÈS

- 1 jour
- Si demande de financement, contactez votre conseiller en formation

## MODALITÉ D'INSCRIPTION\*

Notre équipe de conseillers en formation se tient disponible pour toute demande d'information pour le centre de Montpellier et Marseille par téléphone au 04 99 92 19 15 ou par mail à l'adresse [contact@formasud.fr](mailto:contact@formasud.fr) et pour le centre de Toulouse au 06 64 75 00 72 ou à l'adresse [toulouse@formasud.fr](mailto:toulouse@formasud.fr)

## MODALITÉS DE SUIVI

Mise en œuvre des phases individuelles et/ou collectives en adaptant la durée et les modalités des besoins du bénéficiaire qui auront été analysés au préalable (échange téléphonique, mail, entretien, convocation...)

## JOUR 1 9H00 - 16H30

- Introduction des participants
- Éveil corporel
- Apprentissage des 7 manœuvres manuelles fondamentales : pressions, pétrissages, glissades, étirements, frictions, vibrations, percussions
- Entraînement, manœuvre par manœuvre
- Sensibilisation à la relation praticien/client
- Anatomie palpatoire

## JOUR 2 9H00 - 16H30

- Éveil corporel
- Écoute et respect des rythmes respiratoires
- Positionnement autour de la table et du futon
- Maîtrise des nuances de pression
- Compréhension des nuances de vitesse
- Exploration des nuances de rythme

## JOUR 3 9H00 - 16H30

- Éveil corporel
- Savoir mener un protocole de massage du début à la fin
- Application des manœuvres par les participants
- Exécution du protocole complet du massage par chaque participant
- Évaluation individuelle