

FORMATION EN ENTREPRISE · COMPÉTENCES PROFESSIONNELLES

Initiation au massage bien-être

Plonger dans l'univers apaisant du massage bien-être
et découvrir l'art de détendre le corps et l'esprit.

21 h

Chez vous ou à distance

Démarrage sous 3 à 4 semaines

Et en plus, finançable

CE QUE VOS ÉQUIPES SAURONT FAIRE

- Acquérir les gestes fondamentaux du massage bien-être
- Comprendre les règles d'hygiène, de posture et de relation client
- Savoir réaliser un massage relaxant d'une heure
- Adapter les gestes selon les besoins et ressentis du receveur

FormezVoo SAS · Organisme de formation professionnelle · Certification Qualiopi n° QUA008065 · NDA 93830872883 · SIRET 932 020 076 00018

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : ACTIONS DE FORMATION · formezvoo.com

LE PROGRAMME

ÉTAPE 01

JOUR 1 : Bases du massage et techniques fondamentales

- Accueil des stagiaires, présentation de la formation
- Préparation du poste de travail, hygiène, confort du client
- Principes du massage bien-être : cadre, bienfaits, contre-indications
- Apprentissage des gestes de base : effleurage, pressions glissées, frictions Travail en binôme sur les zones du dos et des épaules

ÉTAPE 02

JOUR 2 : Techniques avancées et fluidité du massage

- Approfondissement : pétrissages, percussions, mobilisations
- Massage des jambes et des bras
- Exercices de respiration et de concentration
- Construction d'un enchaînement fluide sur tout le dos
- Travail sur la posture du praticien, gestion de l'effort

ÉTAPE 03

JOUR 3 : Massage complet et mise en situation

- Réalisation d'un massage complet du corps (dos, jambes, bras, ventre, visage) Conseils personnalisés, ajustements techniques Gestion de la relation client : accueil, posture, silence, communication Travail sur la posture du praticien, gestion de l'effort Bilan de la formation, évaluation, remise d'attestation

INFOS PRATIQUES

Pour qui

Débutants souhaitant découvrir les bases du massage bien-être Esthéticien(ne)s, praticien(ne)s bien-être ou personnes en reconversion professionnelle

Prérequis

Aucun prérequis particulier pour participer à cette formation. Intérêt pour le toucher, la relaxation, et le soin à la personne

Évaluation

Observation des pratiques · Mises en situation encadrées · Auto-évaluation en début et fin de formation · Validation des acquis en fin de parcours

Accessibilité

Notre référent handicap, Alexandre Kehyayan, étudie avec vous l'adaptation du rythme, des supports et du format. Contact : contact@formezvoo.com.

ET MAINTENANT

1. Un conseiller vient chez vous

Audit gratuit de vos besoins, sans engagement.

2. Sous une semaine

Vous recevez 2 à 3 propositions adaptées.

3. On s'occupe de l'administratif

Convention, dates, et dossier de financement si vous y avez droit.

4. Formation chez vous

3 à 4 semaines après notre premier échange.

Construisons votre programme.

Trois questions, et un conseiller FormezVoo vous rappelle avec une proposition sur mesure.

formezvoo.com/construire-mon-programme

FormezVoo SAS · Organisme de formation professionnelle · Certification Qualiopi n° QUA008065 · NDA 93830872883 · SIRET 932 020 076 00018

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : ACTIONS DE FORMATION · formezvoo.com

