

FORMATION MASSAGE PROFOND DOS



Céline B. Formation

Numéro de déclaration d'activité : 93132102313
auprès du préfet de région PACA



Descriptif

La formation MASSAGE PROFOND DOS ET CERVICALES a pour objectif de développer vos compétences techniques et spécifiques dans le domaine du bien-être.

Cette formation va vous permettre de perfectionner le massage pour soulager les tensions musculaires de la nuque, des trapèzes, des omoplates , des épaules et des lombaires.

Le travail est précis et personnalisé et s'effectue sur l'ensemble du dos. Plusieurs techniques de massage seront utilisées (californien, suédois, acupression et étirements ciblés) afin de permettre de dénouer les tensions/ contractions du dos , mais aussi de ressentir une relaxation profonde.

Ce massage est très apprécié des sportifs, des personnes ayant un travail difficile une mauvaise posture (ordinateur, port de charge, conducteur ...) et également pour personne stressée et tendue.

Durant cette formation, vous apprendrez:

- l'anatomie du dos
- le repérage des zones en tension
- le protocole spécifique du massage
- les étirements adaptés

Travail en binôme sur la journée de formation.

Formation en petit comité de 2 à 4 personnes pour un meilleur apprentissage du protocole.

Objectifs visés :

- Maîtriser la technique du massage dos et cervicales
- Développer ses compétences dans le secteur du bien-être
- Respecter et maîtriser des règles d'hygiène et de la réglementation liée au massage dos et cervicales
- Proposer un service adapté aux besoins de la clientèle en la conseillant et l'informant sur la technique enseignée

Méthode d'évaluation : Cas pratique

Céline B. Formation

1 Place des vanneaux 13250 SAINT CHAMAS | Siret : 922 852 751 00010

Numéro de déclaration d'activité : 93132102313 auprès du préfet de région PACA

Déroulé de la formation

09h à 10h: Accueil et présentation des participants, du formateur et de la formation

10h à 11h: Partie théorique du livret, anatomie du dos, gestes et postures, hygiène, contre indications et conseils de vente

11h à 12h : Démonstration et pratique des étirements ciblés

PAUSE REPAS

13h à 15h: Démonstration et pratique des manoeuvres du massage

15h à 16h : Révision de toutes des manoeuvres

16h à 17h : Evaluation finale et questions / réponses de fin de stage
Informations complémentaires

Équipe pédagogique :

La formatrice est professionnelle dans le domaine du bien-être et de la beauté (Coiffure, massages, Shiatsu) diplômée et exerce en clientèle :

□ **Céline BERDOT**

Pré-requis : être majeur ; comprendre et parler le français

Public concerné : Une première expérience en massage est idéale mais non obligatoire.

Fin de formation :

A l'issue, vous recevrez une attestation de formation et un livret pédagogique reprenant les manoeuvres.

Repas:

Le repas n'est pas compris dans le tarif. Il est possible déjeuner sur place (micro ondes et frigo à disposition)

NB:

Le stagiaire doit apporter 1 grande serviette de bain, de quoi prendre des notes.

Céline B. Formation

1 Place des vanneaux 13250 SAINT CHAMAS | Siret : 922 852 751 00010

Numéro de déclaration d'activité : 93132102313 auprès du préfet de région PACA

Formalités administratives :

- Le tarif de la formation est de **199 euros TTC** (financement perso)
- Si prise en charge OPCO/FAF :259 euros TTC

Un acompte de 90 euros sera demandé pour valider l'inscription à la formation. Le solde devra être réglé 15 jours avant la date de la formation, par carte bleue. Possibilité de régler le solde en espèce le jour de la formation.

Si l'inscription se fait moins de 7 jours avant la date de formation, le coût total de la formation sera demandé.

Durée :1 Jour - 7h de formation

Lieu : SAINT CHAMAS (13250)

Plus d'infos : 06 86 81 33 86 ou celineb.formation@gmail.com

Les CGV sont envoyées avec le programme de formation

Programme mis à jour le 01 DECEMBRE 2024

Céline B. Formation

Représenté par Céline Berdot .EI.

1, Place des vanneaux 13250 St Chamas

Siret : 922 852 751 00010

Numéro de déclaration d'activité : 93132102313 auprès du préfet de région PACA