

# Programme de Formation Massage bien-être Amma-Assis



TOUT PUBLIC

TOUT NIVEAU



**1 JOUR**



**7H00**

## OBJECTIFS :

- Connaître et maîtriser un protocole complet de massage bien-être Amma-Assis.
- Respecter le protocole et enchaînement des mouvements avec fluidité
- Savoir reproduire les différents types de mouvements du massage : effleurages, pétrissages, pressions pointées, foulages, points d'acupressions, battages, percussions,...
- Connaissance de l'anatomie du corps humain
- Installation et bien-être du client avant, pendant et après une séance
- Travail des postures à prendre
- Savoir la prise en charge client et les contre-indications

## PROGRAMME :

- \* Présentation de la formation. Présentation des objectifs. Explications des origines du massage Amma. Les bienfaits et vertus physiques et psychiques. Les précautions et contre- indications au massage.
- \* Face postérieure : dos, hanches, tête, bras et nuque.
- \* Révision dos, hanches, tête, bras et nuque.
- \* Mise en situation
- \* Echange et Débriefing de la formation

## MOYENS ET RESULTATS :

- Feuille d'émargement à signer
- Support de cours remis lors de la formation
- Fiche d'évaluation et contrôle continu des connaissances
- Tableau d'entraînement de 15 à 20 massages
- Délivrance de la certification

Formation animée par Sabrina Brulé, Praticienne en massages bien-être, Formatrice certifiée et gérante « Bien-être et massage ».

Sabrina Brulé - [bienetre.massagealsace@gmail.com](mailto:bienetre.massagealsace@gmail.com) - [www.bienetreetmassage.com](http://www.bienetreetmassage.com) – 06.87.27.49.75  
N° Siret : 841 564 453 00022 - NDA : 44680329768 – Préfecture Grand Est (ce numéro ne vaut pas agrément)