

# Programme de Formation Massage bien-être pierres chaudes



TOUT PUBLIC

TOUT NIVEAU



**2 JOURS**



**14 HEURES**

## OBJECTIFS :

- Connaître et maîtriser un protocole complet de massage bien-être pierres chaudes.
- Respecter le protocole et enchaînement des mouvements avec fluidité
- Savoir reproduire les différents types de mouvements du massage : effleurages, pétrissages, lissages, enveloppements, pressions glissées.
- 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 :

- **1er JOUR :**
  - \* Présentation de la formation et échange autour de vos attentes. Présentation des objectifs. Explications des origines du massage pierres chaudes. Les bienfaits et vertus physiques et psychiques. Les précautions et contre- indications au massage.
  - \* Face postérieure : jambes et dos.
  - \* Echange et débriefing de la première journée
- **2e JOUR :**
  - \* Révision jambes et dos
  - \* Face antérieure : jambes, bras, ventre et décolleté.
  - \* Révision du protocole entier
  - \* Le stagiaire reçoit le massage
  - \* 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 ».