

# PROGRAMME DE FORMATION 2026

Massage bien-être relaxant du DOS, NUQUE ET CRÂNE-8h (1 jour)

Formation individuelle en présentiel

# LES OBJECTIFS DE LA FORMATION / COMPÉTENCES VISÉES :

Á L'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- D'avoir intégré le principe du massage **RELAXANT DU DOS**, **DE LA NUQUE ET DU CRÂNE**, ses bienfaits, ses contre- indications
- Intégrer les bases de l'anatomie du dos et du crâne (muscles et squelette)
- Maîtriser la prise en charge client (accueil, installation, confort, hygiène)
- Maîtriser les techniques d'un massage relaxant du dos, nuque et crâne de 30 min
- Gérer sa posture de travail, l'espace et le temps

# CONTENU DE LA FORMATION : JOUR 1 :

- Présentation du stagiaire, du formateur et du déroulé de la formation
- Quizz des connaissances initiales du stagiaire
- Lecture du protocole et présentation de la technique enseignée : ses origines, bienfaits, sa commercialisation, les contre- indications, l'accueil et la prise en charge du client...
- Installation du massé et début de la pratique du massage relaxant du dos, nuque et crâne
- Apprendre la technique du massage relaxant du dos, nuque et crâne et les gestes spécifiques à la technique, les postures du praticien...
- La stagiaire reçoit le massage par la formatrice
- Révision de la prise en charge du client + du protocole complet
- Ajustement des gestes et postures du stagiaire
- Évaluation écrite de la théorie
- Évaluation pratique sur prise en charge du client + du protocole complet sur le modèle du stagiaire
- Débriefing sur l'évaluation et la formation

# - MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES :

- La technique enseignée est montrée par petites séquences sur le modèle volontaire.
- Le participant pratique ensuite sur son modèle l'enchaîenemnt des gestes montrés.
- Le dernier jour de formation, la formatrice exécutera l'intégralité du massage sur le stagiaire qui devient «receveur»
- Remise d'un support de protocole sur la théorie et la pratique du massage.
- Fourniture de l'ensemble du matériel nécessaire (Table de massage, serviettes, produits de massage, matériels...)
- Contrôle continu des connaissances (quizz, questions-réponses)

# • SUIVI DE L'EXÉCUTION DU PROGRAMME : Fiche d'émargement à signer par demi-journée de formation

# - APPRÉCIATION DES RÉSULTATS :

- Évaluation sur la prise en charge + pratique du massage complet sur un modèle
- Remise de l'attestation de présence au stagiaire
- Pour les stagiaires professionnels : remise de l'attestation de fin de formation
- Pour les stagiaires débutants en massage : remise d'un tableau d'entraînement
  - Tableau d'entraînement : 15 massages bien-être doivent être pratiqués dans les mois suivant la formation.
  - Suite au 15 massages bien-être, planification d'une date avec la formatrice pour l'évaluation finale.
  - Délivrance de l'attestation de fin de formation.

### ENCADREMENT :

Lauriane FONT, diplômée du BTS Esthétique-Cosmétique, expérience professionnelle depuis 13 ans. Esthéticienne, SPA-praticienne, formatrice certifiée et gérante de « L'or de vos mains ».

### Public concerné:

Tout public à partir de 18 ans

### Préreguis :

Être motivé(e), à l'écoute et bienveillant

#### Résultats attendus :

Acquisition et pratique du protocole de massage bien-être

#### Modalité

Entretien téléphonique, dossier de candidature Délai de 15 jours

### Effectif:

1 personne En présentiel

# Tarif:

200€ net

### Date:

A définir

### Lieu:

A domicile, chez le stagiaire (périmètre 1h de Biscarosse)

### Accessibilité PSH

Nous contacter

## Pour aller plus loin

https://www.lord evosmains.com/c opie-de-massageaux-pierreschaudes-9

