



La Maison du Lotus  
130 Avenue Joseph Kessel  
Voisins-le-Bretonneux 78960  
Téléphone: 01 34 98 18 14  
Siret : 504 140 914 000 12  
N° 11788134978  
[contact@maisondulotus.com](mailto:contact@maisondulotus.com)  
[www.formations-massages.fr](http://www.formations-massages.fr)

## **Formation en Anatomie et physiologie (14 heures)**

### **PUBLICS & PRE-REQUIS**

Formation accessible à tout public

### **MODALITE D ACCES**

Lieu de formation : 130 Avenue Joseph Kessel, 78960 Voisins le Bretonneux

Nos formations sont, dans la mesure du possible, accessibles aux personnes en situation de handicap, mais chaque situation est à examiner au cas par cas. Un diagnostic de faisabilité de votre intégration dans la formation, en fonction de votre degré de handicap peut être effectué avec l'aide de nos partenaires, l'AGEFIPH ([agefiph.fr](http://agefiph.fr)) et APF France Handicap (<http://yvelinesvaldoise.blogs.apf.asso.fr/>). Adressez-vous à Cécile Poirier, référente handicap au sein de la Maison du Lotus, qui prendra RDV au besoin avec une personne compétente auprès de nos partenaires: [contact@maisondulotus.com](mailto:contact@maisondulotus.com) 01 34 98 18 14

### **DELAIS D ACCES**

Pour connaître les prochaines dates de formations, consulter notre site internet  
<https://www.formations-massages.fr/>

### **TARIF**

Vous pouvez consulter le prix de la formation sur le site <https://www.formations-massages.fr/>

### **DUREE**

14 heures, 7 heures par jour pendant 2 jours  
Horaires : 9h30 à 12h45, puis 13h45 à 17h30

### **OBJECTIFS GENERAUX**

Découverte par le toucher de la structure physique et énergétique du corps. Connaissance de l'essentiel du corps humain afin d'aborder le massage avec un toucher juste et adapté.  
Avoir une vision globale du fonctionnement humain, physique, psychique et énergétique.  
Approcher par le toucher le ressenti des os, articulations, muscles, des tissus et du système circulatoire.

**Formateur** : Formation animée par Joseph Hazelgrove, Praticien en Massage-Bien-Être spécialisé en massage Deep Tissue, titulaire d'un Master en Biologie.

### **PÉDAGOGIE / MOYENS D'ÉVALUATION**

Moyens pédagogiques :

Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation disposant des matériels pédagogiques et techniques nécessaires au bon déroulement de la formation

Documents remis :

Remise d'un support papier exhaustif : deux livrets, Anatomie (théorie) et Anatomie (Livret théorique)

Suivi de l'exécution et évaluation des résultats :

Feuille de présence

Questionnaire à chaud d'évaluation et de satisfaction de la formation

Quiz en ligne à l'issue de la formation avec remise du corrigé

## **VALIDATION**

Validation à froid : Examen écrit QCM de 30 minutes à réaliser au centre de formation

## **DETAIL DU PROGRAMME**

### **JOUR 1**

#### Matin

Introduction : présentation de la formation, du formateur et tour de table des participants.

Discussion et prise en compte des attentes des bénéficiaires (attentes exprimées par mail en réponse au questionnaire envoyé en amont de la formation et oralement pendant le tour de table). Présentation des objectifs. (15 minutes)

Théorie anatomique : Généralités :

Les tissus, les cellules, la peau.

Les différents systèmes du corps : le système locomoteur, respiratoire, cardio-vasculaire, lymphatique, digestif, nerveux, immunitaire, endocrinien.

Les fascias : vidéos de présentation

#### Après-midi

Anatomie palpatoire. Comment utiliser les acquis théoriques dans l'application pratique du massage. Gestes sur le dos, la nuque et les bras.

### **JOUR 2**

#### Matin

Évaluation des acquis théoriques sous la forme d'un quizz par équipe. Cours théorique : Le squelette : Généralités

Le tissu osseux, cartilagineux

Les différents os : composition, liaisons, rôles

Les muscles : Généralités

Le tissu musculaire et fibre musculaire

Les différents muscles du corps : composition, insertion, rôle

#### Après-midi

Anatomie palpatoire. Gestes sur les jambes et le torse (pectoraux).