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
www.formations-massages.fr

Massage Relaxant aux huiles Niveau II sur 3 jours (21)

PUBLICS & PRE-REQUIS

Formation accessible aux personnes ayant suivi la formation Massage Relaxant niveau I à la Maison du Lotus au cours des 12 dernier mois. Si vous souhaitez participer à cette formation mais ne remplissez pas cette condition, merci de contacter Cécile POIRIER : contact@maisondulotus.com 0134981814

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) 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 01 34 98 18 14

DELAIS D ACCES

Pour connaitre 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/

NIVEAU DE LA FORMATION

Niveau II

OBJECTIFS GENERAUX

Enrichir son vocabulaire gestuel du massage aux huiles sur table pour pouvoir effectuer un protocole de massage aux huiles relaxant d'une heure trente correspondant aux attentes de la personne massée.

Savoir faire les nouveaux gestes et perfectionner les techniques déjà acquises en niveau 1

Savoir travailler sur table de massage en préservant son dos et en utilisant le poids du corps.

Reconnaitre les différents groupes musculaires du corps afin de les masser de façon efficace et consistante.

Maitriser les différents types de mouvements du massage et savoir enchainer les mouvements avec fluidité.

Savoir reconnaitre et à travailler une tension musculaire et doser la pression en fonction du ressenti de la personne massée.

DUREE

21 heures, 7 heures par jour pendant 3 jours

Horaires : 9h30 à 12h45, puis 13h45 à 17h30

Formateur : Formation animée par Joseph Hazelgrove, Praticien en Massage-Bien-Être depuis 2008, 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 : livret de formation MRH 2 avec photos et textes détaillant chaque geste. Remise d'un lien vers une vidéo de démonstration
Suivi de l'exécution et évaluation des résultats :
Feuille de présence
Questionnaire d'évaluation et de satisfaction de la formation
Evaluation en cours particulier de 2 H pour les personnes inscrites en cursus avant la certification.

VALIDATION

Validation des compétences à passer après avoir effectué 25 massages en pratique individuelle. Le stagiaire effectue un massage en condition réelle, avec comme client la formatrice/le formateur.

DETAIL DU PROGRAMME

Une pause de 15 minutes par demi-journée de cours

Jour 1 –

Matin

Introduction : présentation de la formation, du formateur et tour de table des participants. Présentation des objectifs. Pendant le tour de table, les élèves mentionnent les mouvements qui leur ont posé problème pendant leur pratique individuelle, ces mouvements seront tout particulièrement révisés afin que la technique en soit acquise. (25 minutes)

Rappel de l'importance de l'ancrage au sol et de la position du masseur. Exercices d'échauffements et d'assouplissements.

Révision et perfectionnement des mouvements du protocole de niveau I

Après-midi

Démonstration et pratique des mouvements nouveaux.

Face postérieure : massage du dos, jambes, pieds

Jour 2 –

Matin

Révision de tous les mouvements vus, intégration de l'ensemble de mouvements pour créer un massage construit et cohérent.

Après-midi

Face antérieure : massage des pieds, jambes, ventre et plexus solaire, bras, mains, visage, nuque et crane.

Pratique : exercices pratiques en binôme et/ou sur le professeur.

Jour 3 –

Matin

Révision de tous les mouvements vus, intégration de l'ensemble de mouvements pour créer un massage construit et cohérent. Démonstration et pratique des mouvements sur les bras, mains, visage, nuque et crâne.

Après-midi : Pratique d'un massage en intégralité sur une heure. Evaluation orale et corrections des gestes mal exécutés.