



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 massage aux Pierres Chaudes sur 2 jours (14 h)**

### **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/>

### **OBJECTIFS GENERAUX**

Savoir effectuer un protocole complet de massage aux pierres chaudes d'une heure quinze à une heure trente.

Connaître et maîtriser le matériel : pierres et appareil à chauffer les pierres.

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

Maîtriser les différents types de mouvements du massage et savoir enchaîner les mouvements avec fluidité.

### **DUREE**

14 heures, 7 heures par jour pendant 2 jours

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

**Formateur** : Formation animée par Joseph Hazelgrove, Praticien en Massage-Bien-Être depuis 2008.

## **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 Massage Pierres Chaudes 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

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

## **VALIDATION**

Remise d'un livre d'or après avoir effectué 25 massages et entretien avec le formateur sur le déroulé des pratiques individuelles

## **DETAIL DU PROGRAMME**

Une pause de 15 minutes par demi-journée

### **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)

Explications des origines et du fondement du massage aux pierres chaudes. Composition et propriété des pierres, préparation et entretien du matériel. Démonstration de la première partie du massage : position allongée sur le ventre. Mouvement 1 à 24 du livret

#### Après-midi

Pratique de la première partie, corrections éventuelles

Démonstration du début de la deuxième partie - position sur le dos (mouvements 25 à 37) et pratique

### **Jour 2**

#### Matin

Révision des positions 1 et 2 déjà vues

Démonstration de la fin de la deuxième partie (mouvements 37 à 48) et pratique

#### Après-midi

Révisions de tous les mouvements en fonction des besoins individuels de chaque élève, corrections et conseils personnalisés

Chaque élève pratique le massage dans son intégralité (45 minutes)