



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

Formation en massage Amma allongé sur 3 jours (21h)

PUBLICS & PRE-REQUIS

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

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

Lieu de formation :

130 Avenue Joseph Kessel, 78960 Voisins-le-Bretonneux

L'inscription est possible jusqu'à 7 jours avant le début de la formation, sous réserve de places disponibles.

Les dates de formation sont consultables sur le site :

<https://www.formations-massages.fr/>

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Nos formations sont, dans la mesure du possible, accessibles aux personnes en situation de handicap.

Chaque situation fait l'objet d'une étude individualisée afin d'évaluer les conditions d'accessibilité et les adaptations pédagogiques possibles.

Un diagnostic de faisabilité peut être réalisé avec l'appui de nos partenaires :

- AGEFIPH (agefiph.fr)
- APF France Handicap (<http://yvelinesvaldoise.blogs.apf.asso.fr/>)

Référente handicap :

Cécile Poirier – contact@maisondulotus.com – 01 34 98 18 14

TARIF

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

DUREE

21 heures, 7 heures par jour pendant 3 jours

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

OBJECTIFS GENERAUX

Objectifs :

Se familiariser avec le protocole complet de massage Amma allongé et savoir l'effectuer dans les grandes lignes

Se familiariser avec la posture de travail sur la table de massage

Comprendre l'importance de la perpendicularité et l'appliquer dans la pratique des gestes (points de pressions des doigts, des coudes, des paumes, des avants bras)

Connaitre les lignes de massages et la plupart des points de pression

Comprendre la technique du Junenho et savoir l'effectuer au moins à 50%

Savoir effectuer les différents types de mouvements du massage.

Formateur : Formation animée par Cécile Poirier, Praticienne en Massage-Bien-Être depuis 2006, spécialisée en Amma assis et Amma allongé.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Alternance d'apports théoriques et de mises en pratique
- Démonstrations par le formateur
- Pratique encadrée en binômes
- Échanges collectifs et temps de questions/réponses

Supports pédagogiques remis :

- Livret de formation Massage (support papier) comprenant textes explicatifs et photos détaillant les gestes du protocole
- Lien vers une vidéo pédagogique de démonstration du protocole

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Feuilles de présence
- Évaluation formative tout au long de la formation (observations, corrections, échanges)
- Questionnaire d'évaluation des acquis en fin de formation
- Questionnaire de satisfaction

Pour les personnes inscrites en cursus :

- Évaluation pratique lors d'un cours particulier de 2 heures, préalable à la validation finale.

MODALITÉS DE VALIDATION

La validation des compétences est conditionnée à :

- La réalisation de 20 massages en pratique individuelle
- La réalisation d'un massage complet en condition réelle, évalué par le formateur

- La réalisation d'un livre d'or détaillant les pratiques individuelles, évalué par le formateur.
- Une attestation de fin de formation est remise à l'issue du parcours, sous réserve de la participation effective et de la validation des compétences.

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.
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 du massage : le Amma japonais.

Démonstration de la première partie du massage : position du client allongé sur le ventre.

Travail sur le dos, les bras, la paume des mains, la nuque. Mouvement 1 à 15 du livret.

Après-midi

Pratique de la première partie.

Démonstration de la deuxième partie (mouvements 15 à 25) et pratique

Démonstration de la troisième partie (mouvements 26 à 34) et pratique

Focalisation sur la position du masseur.

Jour 2 –

Matin

Révision des mouvements appris la veille.

Après-midi

Démonstration de la première partie du massage de l'arrière de la jambe et du pied.

Mouvement 34 à 39 du livret

Démonstration de la deuxième partie (mouvements 40 à 43) et pratique

Jour 3 –

Matin

Révision de tous les mouvements appris pendant les jours 1 et 2.

Démonstration et pratique du massage de la cuisse et du muscle tibial antérieur.

Mouvement 44 à 58 du livret.

Démonstration et pratique des étirements des jambes et du massage des pieds. Mouvement 59 à 62 du livret.

Explication théorique sur le massage du ventre. Démonstration et pratique du massage du ventre. Mouvement 63 à 73 du livret

Après-midi

Démonstration et pratique du massage des épaules, de la nuque et du visage. Mouvement 74 à 83 du livret

Révisions de tous les mouvements en fonction des besoins individuels de chaque élève.