



FORMATION

« Technique de massage relaxant »

Pratiquer des massages est à la portée de tous, néanmoins avoir des techniques efficaces permet d'améliorer le confort de celui qui reçoit. Et qu'en est-il du toucher et de la sensibilité du masseur ? Comment cela peut-il intervenir pour augmenter notre puissance de massage ? Et avez-vous déjà modifier vos protocoles de massages en fonction de vos clients ? C'est primordial de s'adapter à eux.

Cette formation est là pour vous apporter toutes les techniques, les astuces et les protocoles de massage pour que vos clients ne souhaitent plus quitter votre table.

Durée : 14 heures, 2 jours

Public visé: Thérapeutes, masseurs, esthéticiennes

Prérequis: Pratiquer le massage bien-être

Objectifs pédagogiques:

A l'issue de la formation, vous serez capable :

- créer une ambiance propice à la détente
- nommer les différentes zones du corps
- de suivre le protocole de préparation au massage
- pratiquer un massage relaxant complet
- fidéliser vos clients



CONTENU DE LA FORMATION

Titre Formation : « **Technique de massage relaxant** »

MODULE 1 : Préparation du lieu de massage **2h30**

Objectif: être capable de créer une ambiance propice à la détente

Chapitre1 : Espace d'accueil du client

Chapitre 2 : L'éclairage

Chapitre 3 : La chaleur

Chapitre 4 : Les odeurs

Chapitre 5 : La musique

MODULE 2 : Les zones du corps sensibles **2h30**

Objectif: être capable de nommer les différentes zones du corps du client

Chapitre1 : Les zones de tensions

Chapitre 2 : Les zones sensibles

Chapitre 3 : Les zones plaisir

MODULE 3 : Préparation du masseur **2h**

Objectif: Être capable de suivre le protocole de mise en situation

Chapitre1 : La concentration

Chapitre 2 : La détente intérieure

Chapitre 3 : L'ouverture au dialogue

MODULE 4 : Massage relaxant **5h**

Objectif: Être capable de pratiquer un massage relaxant

Chapitre1 : Accueil du client

Chapitre 2 : Réaliser une anamnèse

Chapitre 3 : Agir sur les zones plaisir

Chapitre 4 : Libérer les tensions



Chapitre 5 : Stimuler les zones sensibles

Chapitre 6 : Alternier les techniques pour arriver à l'équilibre relaxant

Chapitre 7 : Accompagner le client

MODULE 5 : Prendre congés de son client

2h

Objectif: Être capable de fidéliser son client

Chapitre 1 : Le retour à la réalité

Chapitre 2 : Offrir un service personnalisé

Chapitre 3 : Rendre unique chaque prestation

ORGANISATION DE LA FORMATION

Équipe pédagogique : Alice Guillebastres

Moyens pédagogiques et techniques :

- Documents supports de formation projetés
- Etude de cas concrets
- Exposés théoriques
- QCM
- Mise en pratique

Type de formation :

- Présentiel

Lieu :

→ A Chirac, en Lozère, à l'adresse de l'OF

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation.

- Feuilles de présence ou relevés de connexions
- Questions orales ou écrites (QCM)



- Formulaire d'évaluation de la formation
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

BONUS :

- Vidéos de respiration profonde.
- Vidéos ou podcasts d'ancrage, centrage et alignement énergétiques.
- E book « Guide du mieux vivre avec l'hypersensibilité.»
- Partage des connaissances avec une professionnelle des massages relaxants