

PROGRAMME DE FORMATION

Se former au massage corps bien-être Thaï Dos Zen

Au cours de cette formation, vous apprendrez à maîtriser les techniques de pétrissage, digitopressions et de frictions spécifiques à ce massage et les gestes spécifiques pour masser le haut du corps. A l'issue de cette formation, vous serez capable de réaliser le protocole complet de ce massage. (Il n'est en aucun cas thérapeutique).

PUBLIC CONCERNÉ

Cette formation s'adresse à tous les professionnels : Chef d'entreprise / Auto-Entrepreneur / Salarié(e) / Demandeur d'emploi.

PRÉ-REQUIS

Aucun

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- Connaître l'historique du massage
- Savoir expliquer les particularités du massage (bienfaits et contre-indications)
- Intégrer les gestes et postures nécessaires à la réalisation du massage
- Être capable de réaliser le massage en autonomie

PROGRAMME DÉTAILLÉ

Journée 1 | Matin (9h à 12h)

- Accueil des stagiaires, avec un café d'accueil
- Présentation de P&Z Formation et des stagiaires
- Présentation du déroulement de la formation
- Présentation de l'historique du massage, ses bienfaits et contre-indications.
- Apprentissage du massage par séquence : le haut dos
- Evaluation de l'apprentissage du matin

Journée 1 | Après-midi (13h à 17h)

- Apprentissage du massage par séquence : le haut dos et crâne
- Evaluation de l'apprentissage de l'après-midi
- Débriefing, prise de note de toutes les séquences, échanges

Journée 2 | Matin (9h à 12h)

- Révision du protocole appris le jour 1
- Apprentissage du massage par séquence : les bras, trapèzes et nuque
- Evaluation de l'apprentissage du matin

Journée 2 | Après-midi (13h à 17h)

- Apprentissage du massage par séquence : la tête
- Débriefing, prise de note, échange, révision avant passage en binômes
- Mise en situation. Réalisation du protocole complet en binômes avec évaluation.

DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

- Formation en présentiel
- Support de cours papier remis à chaque stagiaire
- Formation pratique en binôme 90% du temps
- Répétition des gestes jusqu'à ce qu'ils soient correctement réalisés
- Méthode démonstrative et participative.

ÉVALUATION DE LA FORMATION

- Evaluation formative tout au long de la formation
- Evaluation complète du protocole le jour 2 en binôme portant sur la pratique
- Grille d'évaluation / Quiz
- Questionnaire de satisfaction en fin de formation

VALIDATION DE LA FORMATION

- Certificat de réalisation en fin de formation
- Feuille d'émargement

MODALITÉS

- Durée : 2 jours - 14 heures
- Horaires : de 9h00 à 12h00 et 13h00 à 17h00
- Lieu : en intra dans vos locaux ou en inter dans les locaux de P&Z Formation
- Accessibilité
 - La formation peut être organisée dans une salle accessible aux personnes à mobilité réduite
 - Le contenu, la durée et le rythme de la formation peuvent être adaptés à certaines situations de handicap. Nous consulter.
- Effectif : 1 à 12 personnes
- Date(s) et délai d'accès : à définir, les inscriptions peuvent se faire au plus tôt 3 mois avant la formation et au plus tard 15 jours avant la formation en nous contactant directement.

TARIF

- Inter à Angers : 490€/personne
- Intra : merci de nous consulter
- Cours particulier : merci de nous consulter

INTERVENANT

Nadège LOISON

Formatrice depuis 5 ans, professionnelle du massage Bien-être depuis 15 ans.

CONTACT

06 17 49 53 20

contact@pzformationmassage.fr

www.pzformationmassage.fr