

Formation permettant la pratique professionnelle des massages de bien-être et de techniques de relaxation.

L'objectif de cette formation est de pouvoir proposer dans un cadre professionnel une séance de massage bien-être associée ou non à une sophro-relaxation.



## PRATICIEN EN MESSAGES DE BIEN ETRE & RELAXATIONS

### PROGRAMME

- **Anatomie palpatoire**
  - Rappel des bases d'anatomie
  - Les limites et bienfaits des différents massages de bien-être
  - Les différentes techniques et leurs manœuvres spécifiques
  - Le drapping
- **Accueil et Communication**
- **Les protocoles de massages de bien-être**
  - **Massage Californien**
  - **Massage Drainant**
  - **Massage Hawaïen**
  - **Massage Réflexologie Plantaire**
  - **Massage Japonais du Visage**
  - **Massage Energétique**
- **Vente additionnelle**
- **Aménagement de la cabine**

#### OPTIONNEL Complément de formation

#### Animer une séance de relaxation en préambule au massage

- Indications et préconisations
- Les Relaxations : allongées, assises—intérêts avant la pratique du massage bien être
- Le langage et terpnos logos
- Boîte à outils : protocoles de relaxation
- Pratique - mise en situation par binôme et animation d'un e séance

### MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- ⇒ Groupe de 6 à 14 personnes maximum
- ⇒ Cours essentiellement pratique, apports théoriques
- ⇒ Salles de cours et plateau technique, Accès Wifi et Salle informatique
- ⇒ Lieu de formation : Gréoux-les-Bains

### MODALITÉS D'ÉVALUATION

- ⇒ Evaluations continues
- ⇒ Mise en situation finale

### DURÉE

210 h ou 252 h en centre  
Dates : voir calendrier

### INTERVENANTS

Kinésithérapeutes DE  
Esthéticiennes DE  
Sophro-relaxologue

### PRÉREQUIS

Avoir au minimum 18 ans

### TARIF PRATICIEN BIEN ETRE

Demandeurs d'emploi	2 830 €
Candidats libres	
Salariés	3 255 €
Option Formation relaxation	350 €

### VALIDATION

Module de la Certification  
Praticien de Spa de niveau III  
enregistrée au RNCP du  
30/12/2017

### LES +

- Chaque module de massage bien-être peut être réalisé indépendamment.

