

# Le massage bien-être assis : formation certifiante 2022-2023

## Objectif :

La formation a pour but l'acquisition des connaissances nécessaires à l'exécution professionnelle et/ou personnelle des techniques du massage bien-être assis.

## Le programme :

- Définition, histoire et origines
- Les bienfaits et les contre-indications
- Apprentissage du protocole de 15 minutes
- Apprentissage du protocole de 10 minutes
- Apprentissage du protocole de 30 minutes
- Les différentes techniques de stimulation
- Enchaînement des gestes et déroulement d'une séance
- Personnalisation des massages bien-être assis
- Conseils pratiques au futur praticien

## Les moyens :

- Plan de cours remis
- Travaux pratiques continus
- Contrôle de connaissances en continu
- Entraînement personnel de 50 massages bien-être assis
- 1 séance collective de révision
- Séance de massage bien-être assis évaluative
- Délivrance du Certificat si validation du jury

## La durée :

21 heures soit 3 jours de 7H

Les journées de formation sont réparties de la façon suivante : deux jours consécutifs pour apprendre les gestes et protocoles puis 1 journée durant l'entraînement personnel, afin que le stagiaire ait le temps de pratiquer, de s'exercer sans prendre d'habitudes erronées.

Il y aura 3 sessions distinctes en 2022-2023.

**Session 1** : les 07 et 08/07/2022 puis 1 journée de révision à caler ensemble

**ou Session 2** : les 12 et 13/12/2022 puis le 16/01/2023

**ou Session 3** : les 06 et 07/07/2023 puis le 05/08/2023

### Le lieu :

Les formations en petit groupe ont lieu au 1380 route du Havre 76280 Hermeville (à côté du Havre).

### Le coût :

450€ en petit groupe

Ce prix inclut les jours de formation, de révision et de contrôle des connaissances, la création des cours, la trace écrite, ...

Il est possible de payer en une, deux ou trois fois, selon un calendrier fixé par la formatrice



### Vous avez des questions ou vous souhaitez vous inscrire :

Merci d'envoyer un email à l'adresse suivante :

[hello@amelierenault.com](mailto:hello@amelierenault.com)

ou d'appeler le 06 30 84 32 11