

# Programme De Formation

## Praticien de bien-être :

### JAPONAIS DES PIEDS



**OPTION**

**BINÔME**

**GROUPE**

**HEURES**

MASSAGE JAPONAIS DES PIEDS  700€

600€

**14H**



**PROGRAMME DE FORMATION MASSAGE JAPONAIS DES PIEDS  
DE  
« CIVILITE » « PRENOM » « NOM »**

.....  
**CILS DESIGN est certifié, référencé DATADOCK**, organisme public de référencement des centres de formation.

**Numéro de déclaration d'activité de l'organisme de formation**

CILS DESIGN OISE, 13 RUE AVELINE 60520 THIERS SUR THEVE

Siret 79298396700011, code NAF 9602B

La déclaration d'activité de formation est enregistrée sous le n°22 60 03030 60 auprès du Préfet de Région de Picardie.

**Intitulé de la formation**

Praticien Bien-être (modelages de confort, non médicaux, non thérapeutiques)

**Objectifs de la formation**

- Apprendre nouvelle prestation afin de compléter des techniques déjà pratiquées pour optimiser le rendement et connaître les spécificités du secteur.
- Acquérir les fondamentaux en bien être en développant ses compétences suivant les différentes techniques et étapes.
- Maîtriser tous les gestes ainsi que les enchainements.
- Améliorer sa pratique son attitude, son toucher, sa posture et sa respiration.

**Bienfaits du massage**

Ce massage de confort et de bien-être combine de façon subtile et précise effleurages, pétrissages, pressions, étirements, exercés avec douceur, fermeté et fluidité sur chaque demi – jambe et pied. Procure sérénité et détente profonde au corps et à l'esprit.

**Public concerné**

Esthéticienne, Praticien(ne) bien-être, Spa praticien(ne), Kinésithérapeute, Ergothérapeute, Aide-soignant, Infirmier, Spa manager, Coach sportif, Reconversion professionnelle, Complément d'activité, ...

**Niveau requis du stagiaire pour entrer en formation :** Pas de prérequis

**Prise en charge possible par les organismes de financement**

FAFCEA, OPCO EP, AGEFICE, Autofinancement

**Niveau de sortie du stagiaire pour entrer en formation :** Formation certifiante

**Formacode MASSAGE BIEN-ÊTRE : 43445**

Code APE 9604Z "Soins corporels"



**CILS DESIGN OISE**

Adresse : 13, Rue Aveline, 60520 THIERS-SUR-THEVE - Tel : 06 46 06 87 71 – Siret : 79298396700011

Centre de Formation Professionnelle des Métiers de l'Esthétique et du Bien-Être

Facebook: Cils Design Oise - Mail: [formation@cils-design.fr](mailto:formation@cils-design.fr) - Site Internet: [www.cils-design.fr](http://www.cils-design.fr) – [contact@cils-design.fr](mailto:contact@cils-design.fr)

## Contenu de la formation

Praticien de Bien-Être (cours en Binôme ou en Groupe chez CILS DESIGN en semaines continues ou Week-end continus) 14H/2 jours.

## Moyens techniques et pédagogiques

Les formateurs alternent un enseignement théorique et pratique pour avoir une implication immédiate des participants.

- Évaluation pré et post formation.
- Projection et support remis à chaque stagiaire à la fin de la formation.
- Démonstrations & Pratique des techniques, Ressenti, Travail en groupe et Mise en application donneur/receveur – Pratique en binôme.
- Amélioration des pratiques professionnelles immédiates.
- Prévoir des sous-vêtements adaptés à la pratique.
- Fiche d'évaluation du (de la) formateur (trice) et des attendues de la formation par les stagiaires.
- Remise d'un certificat en fin de cursus.

## Moyens d'encadrement

Une équipe d'expertes, professionnelles, pédagogues, passionnées, disponible et à l'écoute compose Cils Design. Son atout c'est de former les apprenants à effectif restreint permettant des réponses personnalisées et un accompagnement sur mesure.

## Débouchés

Embauche ou vacations dans un centre de massage de bien-être, un Spa ou en centre de thalassothérapie, installation en libéral : activité en cabinet et/ou à domicile, en Instituts de beauté...

## Dates et durée du stage

**Cours** sur modèles par des formatrices certifiées

**Durée** : formation répartie sur des journées de **7 heures** (09h-13h et 14h-17h).

**Dates** : DU « DU » AU «AU » ou selon vos disponibilités, y compris les weekends.

**Lieu** : CENTRE DE FORMATION CILS DESIGN

## PLAN DE FORMATION MASSAGE JAPONAIS DES PIEDS

Le massage japonais des pieds est basé sur les principes fondamentaux de la médecine traditionnelle orientale, il date de plusieurs millénaires en Chine. Ce massage fait partie des thérapies appelées externes et il existe depuis le début du cinquième siècle au Japon, période où la médecine traditionnelle chinoise y fait son entrée grâce à des médecins coréens et à l'introduction de manuscrits de médecine.

### PROGRAMME

- 🕒 Historique & Rappel des bases fondamentales du massage.
- 🕒 Spécificités du modelage.
- 🕒 Différentes méthodes utilisées.
- 🕒 Intérêts de la méthode : Buts, Limites.
- 🕒 Bases explicatives de la technique.
- 🕒 Fonctionnement du système nerveux.
- 🕒 Anatomie du pied.
- 🕒 Technique de travail.
- 🕒 Mise en place des prestations dans l'entreprise.
- 🕒 Indications, Contre-Indications et effets attendus.
- 🕒 Prix Pratiqués et Législation.
- 🕒 Avantages marketing.
- 🕒 Debriefing-Questions/Réponses.
- 🕒 Différentes Manœuvres : Effleurages, Percussions, Lissages et Pressions.
- 🕒 Correspondance avec l'anatomie du corps.
- 🕒 Détermination des 3 étapes du massage.
- 🕒 Savoir ajuster la pression.
- 🕒 Recherche des différentes zones.
- 🕒 Détection des zones réflexes sur le dessus du pied.
- 🕒 Démonstration et pratique du Massage.
- 🕒 Vérification de la pression supervisée par la formatrice.
- 🕒 Chaque participant effectue un massage complet puis sert de modèle.
- 🕒 Déroulement complet du massage du pied.
- 🕒 Bonne gestion du massage.



## Programme De Formation de Praticien Bien-Être

THIERS SUR THEVE, le .....

**DEVIS : N°**

**Formation : MASSAGE JAPONAIS DES PIEDS SHIRODHARA**

**Nombre de Participant : 6 MAXIMUMS**

**Stagiaire : « CIVILITE » « PRENOM » « NOM »**

**Date : DU .....** **AU .....**

**Lieu : CENTRE DE FORMATION CILS DESIGN OISE**

**Type de qualification : CERTIFICAT**

OPTION	BINÔME	Tarifs	HEURES
MASSAGE JAPONAIS DES PIEDS <input type="checkbox"/>	700€	<input type="checkbox"/> 600€	14H
<b>Montant total</b> .....			<b>€</b>

### **RIB POUR VIREMENT**

Titulaire du compte : CILS DESIGN  
Banque : Société Générale SENLIS (00715)

Code banque	Code guichet	Compte	Clé RIB	IBAN	BIC
30003	00715	00020275095	11	FR76 3000 3007 1500 0202 7509 511	SOGEFRPP

*Mme G. Wargny*

