

Programme De Formation

Praticien de bien-être :

MASSAGE CALIFORNIEN



Cils
Design
Oise

OPTION

BINÔME

GROUPE

HEURES

MASSAGE CALIFORNIEN

700€

600€

14H



**PROGRAMME DE FORMATION MASSAGE CALIFORNIEN
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 (massages de confort, non médicaux, non thérapeutiques)

Objectifs de la formation

- Apprendre un nouveau massage.
- Acquérir les fondamentaux en bien être en développant ses compétences et préciser l'éthique, l'attitude et les objectifs du praticien.
- Parfaire sa pratique son attitude et son toucher.
- Améliorer sa posture et sa respiration.

Bienfaits du massage

Avoir une connexion totale avec son corps et son esprit, apaiser les tensions nerveuses, soulager les tensions musculaires, évacuer le stress, favoriser le sommeil, éveiller les sensations corporelles, assouplir le corps, favoriser l'élimination des toxines et augmenter l'oxygénation du sang - Récupération.

Public concerné

Esthéticienne, Praticien(ne) bien-être, Spa praticien(ne), Kinésithérapeute, Ergothérapeute, Aide-soignant, Infirmier, Spa manager, Coach sportif, Chef d'entreprise, Gérante, Création de structure, 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



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 - Site Internet: www.cils-design.fr - contact@cils-design.fr





Code APE 9604Z "Soins corporels"

Contenu de la formation

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

Moyens et techniques pédagogiques

Les formateurs alternent un enseignement théorique et pratique pour avoir une implication immédiate des participants tout au long de la formation présentielle.

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



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 - Site Internet: www.cils-design.fr - contact@cils-design.fr

PLAN DE FORMATION MASSAGE CALIFORNIEN

Le premier soin corporel demandé en France est le massage de relaxation aux huiles essentielles. Ses bienfaits diminuent le stress, jouent un rôle préventif pour la santé et procurent un grand bien-être. Vous allez acquérir les principes élémentaires en bien-être, intégrer les postures propices à un massage de qualité, maîtriser les gestes de base du massage.

PROGRAMME

- Histoire, Présentation & Théorie.
- Indications contre-indications et bienfaits.
- Explication psychocorporelle des zones travaillées.
- Intégrer les postures propices à un massage de qualité.
- Maîtriser les différentes techniques de base du massage : pressions, pétrissage, glissés profonds, drainage, étirements, enveloppement, unification et les enchainements.
- S'adapter à la morphologie du client.
- Pratique en binôme avec une combinaison de Pression, Vitesse et Rythme.
- De longs et lents mouvements fluides et doux qui sculptent et recréent le schéma corporel.
- Des bercements et mobilisations qui aident au lâcher prise des tensions profondes,
- Des manœuvres de « contenance » qui évoquent un contact maternel rassurant.
- Des pétrissages qui procurent une détente musculaire accrue et une profusion sensorielle.
- Démonstration et pratique du drapé.
- Gérer les remontées émotionnelles.
- Différentes manœuvres : dos/nuque, jambes arrière, pieds, enchainement grand surf.
- Jambes avant, bras/mains, ventre, buste/nuque, visage, crâne.
- Mise en place des séquences du massage : face postérieure et antérieure.
- Techniques d'enchainement dos/face avant
- Enchainement complet.
- Bonne gestion des énergies personnelles.
- Sécurité, ergonomie, confort & hygiène.
- Bonne gestion d'une séance.



Programme & Devis de Formation de Praticien Bien-Être

THIERS SUR THEVE, le

DEVIS : N°

Formation : MASSAGE CALIFORNIEN

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 CALIFORNIEN	<input type="checkbox"/> 700€	<input type="checkbox"/> 600€	14H
Montant total		€

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

