

---

# Programme De Formation

## Praticien de bien-être :

### TUI NA 2 TRADITIONNEL

### CHINOIS

### RÉGULATEUR/REÉQUILIBRANT



**OPTION**

MASSAGE TUI NA 2

**BINÔME**

900€

**GROUPE**

800€

**HEURES**

21H



**PROGRAMME DE FORMATION MASSAGE TUI NA 2  
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 (massage de confort, de bien être, non médicaux, non thérapeutiques).

**Objectifs de la formation**

- Apprendre un nouveau massage, les notions de base concernant le YIN et le YANG, le QI, les MERIDIENS et autres selon documentation remise ou à acquérir & connaître les spécificités du massage TUI NA 2 chinois.
- Acquérir les fondamentaux en bien être en développant ses compétences suivant les différentes techniques, manœuvres et étapes.
- Parfaire sa pratique son attitude, son toucher, sa posture et sa respiration.
- Comprendre la dynamique des flux sanguins et lymphatiques et être en mesure d'adapter son massage selon la morphologie et le type de troubles circulatoires.

**Bienfaits du massage**

- Augmentation de l'énergie
- Améliore une confiance en soi
- Détend les articulations des muscles
- Soulage les tensions, la fatigue, le stress et l'insomnie.
- Rééquilibre le corps et l'esprit
- Améliore le fonctionnement des organes internes.

**Public concerné**

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

**Niveau requis du stagiaire pour entrer en formation :**

Pas de prérequis



**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





**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"

## **Contenu de la formation**

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

## **Moyens Technique & 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 pratiques 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



**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



## **PLAN DE FORMATION MASSAGE TUI NA 2 TRADITIONNEL CHINOIS OU RÉGULATEUR/RE ÉQUILIBRANT**

Le massage Thérapeutique de la Médecine Traditionnelle Chinoise est appelé en chinois moderne "Tui Na" traduit par "pousser et saisir".

Auparavant, le terme le plus populaire était "An Mo" qui signifie littéralement "appuyer et frotter".

C'est un massage chinois « Tuina » qui représente l'ensemble des techniques manuelles permettant de rétablir les énergies articulaires, musculaires, viscérales et sanguines. Ce modelage permet ainsi d'activer la circulation sanguine, l'énergie harmonieuse dans les méridiens, de lever les stagnations, de déverrouiller les articulations ou encore d'activer les liquides qui les entourent.

### **PROGRAMME**

- Historique & Rappels des bases fondamentales et Spécificités du massage.
- Indications, contre-indications et bienfaits.
- Différentes techniques : Acupression/ Digitopression, Massages en pressions glissées profondes, Pousser, Presser / Tourner, Rouler, Pincer, saisir et soulever, Séparation, rapprochement/harmonisation, malaxer, Palper rouler, etc.
- Différentes manœuvres spécifiques : Attitudes, déplacements et hygiène – les organes et points stimulés dans le protocole: Dos, Organes, Ventre, Jambes AR & AV, Thorax/Abdomen, Membres Inférieurs et Supérieurs.
- Étude des Différents méridiens tendino musculaires & des Organes YIN & YANG.
- Différents Points énergétiques, caractéristiques et les substances essentielles.
- Comprendre la théorie du YIN & YANG, du QI, les MERIDIENS et des 5 ÉLÉMENTS, 5 MOUVEMENTS / PROCESSUS.
- Démonstration et pratique du massage TUI NA 2 face postérieure puis face antérieure.
- Déroulement du massage complet.
- Comment gérer une séance.
- Les attentes et les besoins de la clientèle sécurité, ergonomie, confort.
- L'hygiène.



# Programme & Devis de Formation de Praticien Bien-Être

THIERS SUR THEVE, le

DEVIS : N° .....

**Formation : MASSAGE TUI NA 2 TRADITIONNEL CHINOIS/ RÉGULATEUR/RE ÉQUILIBRANT.**

**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	GROUPE	Tarifs	HEURES
MASSAGE TUI NA 2	<input type="checkbox"/> 900€	<input type="checkbox"/> 800€		21H
<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

