



Programme : Massage & Réflexologie Palmaire

Présentation : Le massage et la réflexologie palmaire sont des techniques manuelles de bien-être visant à procurer une profonde relaxation tout en stimulant des zones réflexes situées sur les mains, afin de favoriser l'équilibre global du corps et de l'esprit.

Durée : 7 heures (1 jour)

Profils des stagiaires : ouverts à toutes personnes

Prérequis : AUCUN PREREQUIS - Cette formation s'adresse aussi bien aux professionnels qu'aux débutants et aux personnes en reconversion professionnelle.

Délai d'accès : inscription possible jusqu'à la veille de la formation sous réserve qu'il reste des places.

Objectifs pédagogiques et Compétences visées

- Connaître les zones réflexes de la main
- Connaître les règles d'hygiène
- Connaître les bienfaits du massage
- Savoir les attentions à avoir auprès de la clientèle
- Proposer un massage relaxant et de réflexologie complet sur les mains de minimum 20 min

Contenu de la formation

- Programme de la 1^{ère} journée :
- Accueil des participants
 - Présentation des règles de fonctionnement du centre
 - Présentation des participants et de leur projet - présentation de la formatrice
 - Présentation du massage : origines – histoire au fil du temps...
 - Les bienfaits de la réflexologie palmaire
 - Les attentions à avoir envers sa clientèle
 - Comment installer sa cliente ou son client
 - Mise en pratique du protocole : massage de la main (relaxation)
 - Etude des zones réflexes de la main
 - Pause déjeuner
 - Mise en pratique des points de réflexologie palmaire
 - Révision
 - Evaluation théorique sous forme de QCM et pratique
 - Bilan de la journée
 - Après validation, remise des Certificats d'aptitude Professionnel aux stagiaires

Outils de formation :

- Protocole écrit et illustré
- Table de massage

LenaZen ACADEMY

22 rue des rouges gorges

14320 Fontenay le Marmion

Email: lenazenacademy@gmail.com

Tel: 0689329078



- Huile de massage
- Serviette

Les plus de la formation :

- Formation limitée à 6 stagiaires par session
- L'école reste joignable après la formation pour vous aider dans votre projet
- Formation proposée à Caen, La Rochelle

○ Tarif : 180 € à titre personnel

- 1/3 à verser au moment de l'inscription soit 60€ par chèque ou par virement
- Le solde de 120€, le 1^{er} jour de la formation par chèque ou en espèce

○ Tarif : 280 € avec une prise en charge soit 40€ par heure

○ Personnes en situation de handicap : nous contacter pour vous proposer la meilleure des solutions possibles (0689329078 ou lenazenacademy@gmail.com)

○ Modalités d'inscription :

- Notre équipe de conseillers en formation se tient à votre disposition pour toute demande d'information par téléphone 06.89.32.90.78 ou par mail à l'adresse suivante lenazenacademy@gmail.com
- Vous pouvez également vous inscrire directement via notre site internet www.lenazenacademy.fr