



## Programme : Massage Tuina Minceur

**Présentation:** Le Tuina minceur est une technique issue de la Médecine traditionnelle chinoise (MTC).

Le mot *Tuina* signifie littéralement « pousser » (*tui*) et « saisir » (*na*). Il s'agit d'un massage thérapeutique énergétique visant à rééquilibrer la circulation du Qi (énergie vitale) et à harmoniser les fonctions des organes impliqués dans la gestion du poids.

**Durée:** 14 heures (2 jours)

**Profils des stagiaires :** ouvert à toutes personnes pratiquant déjà le métier de masseur ou bien ayant suivi au moins une ou deux formations de massage (type Californien, Sportif, Lomi Lomi ou Ayurvédique)

**Prérequis :** justifier d'une expérience en massages bien être

**Délai d'accès :** inscription possible jusqu'à la veille de la formation sous réserve de places disponibles.

### Objectifs pédagogiques et Compétences visées

- Connaître les préconisations et les contre-indications de ce massage
- Intégrer et maîtriser les différentes techniques du protocole
- Pratiquer une séance de massage complète
- Comprendre les principes fondamentaux de la Médecine traditionnelle chinoise appliqués à la minceur
- Identifier les causes énergétiques de la prise de poids (Rate, Foie, Humidité, stagnations)
- Expliquer les mécanismes d'action du Tuina minceur
- Respecter les règles d'hygiène du matériel et du praticien

### Contenu de la formation

- Programme de la 1<sup>ère</sup> journée :
  - Accueil et présentation des stagiaires (leurs attentes, leurs projets)
  - Etude des statuts, administratifs, législation
  - Présentation théorique du massage : ses bienfaits, ses contre-indications
  - Préparation d'une séance de massage : accueillir son client, ses besoins
  - Préparation de la salle de massage : installation de la pièce, réglage de la table, lumière, musique
  - Mise en pratique des enchaînements de massage
  - Pause déjeuner
  - Révision de la 1<sup>ère</sup> séquence de travail en binôme
  - Mise en pratique des enchaînements de massage
  - Bilan de la journée

# LenaZen ACADEMY

22 rue des rouges gorges  
14320 Fontenay le Marmion  
Email: [lenazenacademy@gmail.com](mailto:lenazenacademy@gmail.com)  
Tel: 0689329078



## ➤ Programme de la 2<sup>ème</sup> journée :

- Discussion de groupe et questions suite à la 1<sup>ère</sup> journée de formation
- Mise en pratique des enchainements de massage en binôme
- Pause déjeuner
- Révision des séquences de travail en binôme
- Evaluations théoriques et pratiques sur la formatrice
- Bilan de la journée
- Remise des certificats

## Outils de formation :

- Protocole écrit et illustré
- Table de massage
- Huile de massage
- Serviettes
- Vidéos sur demande

## 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
- Réfectoire sur place pour déjeuner (micro-onde, frigo, café, thé et eau mise à disposition)
- Petit déjeuner de bienvenue le 1<sup>er</sup> jour de la formation
- Local situé proche de la gare de Valence ville et Sablons
- Vente de produits artisanaux

### ○ Tarif : 260 € à titre personnel

- 1/3 à verser au moment de l'inscription soit 90€ par chèque ou par virement
- Le solde, le 1<sup>er</sup> jour de la formation par chèque ou en espèce

### ○ Tarif : 448 € avec une prise en charge soit 32€ par heure

- Personnes en situation de handicap : nous contacter pour vous proposer la meilleure des solutions possibles (0689329078 ou [lenazenacademy@gmail.com](mailto: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](mailto:lenazenacademy@gmail.com)
- Vous pouvez également vous inscrire directement via notre site internet [www.lenazenacademy.fr](http://www.lenazenacademy.fr)