

LenaZen ACADEMY

211 impasse de la chaux

07340 PEAUGRES

Email: lenazenenacademy@gmail.com

Tel: 0689329078



Programme : Massage & Drainage Lymphatique

Présentation: Le Massage & Drainage lymphatique est un massage doux et lent destiné à relancer la circulation de la lymphe. La lymphe est un liquide incolore qui circule dans les vaisseaux lymphatiques et qui draine les toxines et les débris cellulaires.

Durée: 14 heures (2 jours)

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 préconisations et les contre-indications de ce massage
- Respecter les règles d'hygiène et de sécurité
- Comprendre comment fonctionne le système lymphatique
- Intégrer et maîtriser les différentes techniques du protocole
- Pratiquer une séance de massage complète d'au moins une heure.
- Savoir accueillir et proposer une séance de massage bien être en cure.
- Acquérir les gestes professionnels du massage et le toucher juste
- Acquérir les bonnes postures lors du massage
- Savoir adapter le rythme et l'intensité durant le massage

Contenu de la formation

➤ Programme de la 1^{ère} journée :

- Accueil et présentation des stagiaires (leurs attentes, leurs projets)
- Présentation théorique du massage : ses origines, 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
- Etude des statuts, administratifs, législation
- Mise en pratique des enchainements de massage (épaule, visage, bras) : démonstration et pratique du massage
- Pause déjeuné
- Révision de la 1^{ère} séquence de travail en binôme
- Mise en pratique des enchaînements de massage (ventre, jambes antérieures) : Démonstration et pratique du massage
- Bilan de la journée

➤ Programme de la 2^{ème} journée :

- Discussion de groupe et questions suite à la 1^{ère} journée de formation
- Mise en pratique des enchainements de massage (jambes postérieures) : démonstration et pratique du massage
- Révision

LenaZen ACADEMY

211 impasse de la chaux

07340 PEAUGRES

Email: lenazenenacademy@gmail.com

Tel: 0689329078



- Pause déjeuné
- Evaluation individuelle théorique (QCM) et pratique sur les formateurs(rices) afin de valider les acquis
- Après validation, remise des Certificats d'aptitude Professionnel aux stagiaires

Outils de formation :

- Protocole écrit et illustré
- Table de massage

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^{er} jour de la formation
- Local situé proche de la gare de Valence ville, Sablons, Lyon et La Rochelle
- Vente de produits artisanaux

- **Tarif : 240 € à titre personnel**

- 1/3 à verser au moment de l'inscription soit 80€ par chèque ou par virement
- Le solde, le 1^{er} 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 lenazenenacademy@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 lenazenenacademy@gmail.com
- Vous pouvez également vous inscrire directement via notre site internet www.lenazenenacademy.fr