

Programme : Massage GUA SHA du Visage sur table

Présentation: De nos jours les pierres GUA SHA sont vraiment mises en avant pour leurs bienfaits sur la peau, notamment au niveau du visage, car, combinées aux gestuelles, le massage aide à relâcher les mâchoires tendues, à rendre la peau plus rayonnante, à désengorger le visage, à le dégonfler (surtout le matin), à améliorer le métabolisme et la régénération, à raffermir, à détoxifier, à assainir la peau, estomper les poches sous les yeux. Le massage GUA SHA du visage est à retenir pour un effet bonne mine.

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 origines du massage
- Connaître les préconisations et les contre-indications de ce massage
- Connaître les différentes pierres que l'on peut utiliser et comment les entretenir
- Les huiles qui peuvent être proposées
- Réaliser un massage complet du Visage
- Maîtriser les différentes techniques du massage
- Savoir adapter la séance en fonction de la constitution du receveur
- Acquérir les bonnes postures lors du massage
- Respecter les règles d'hygiène

Contenu de la formation

- Programme de la 1^{ère} journée :
 - Le Matin
 - Accueil des participants et présentation des lieux
 - Présentation des participants et de leurs attentes
 - Présentation de la formatrice
 - Présentation et origine du massage
 - Les bienfaits et les contre-indications
 - Présentation des huiles adaptées à la technique
 - Etude des différentes pierres que l'on peut utiliser et comment les entretenir
 - Déroulement d'une séance de massage
 - Les points d'acupression
 - Apprentissage du massage du visage avec les gua sha, démonstration et pratique
 - L'Après midi
 - Suite de l'apprentissage et révision

LenaZen ACADEMY

211 impasse de la chaux

07340 PE AUGRES

Email: lenazenacademy@gmail.com

Tel: 0689329078



- Evaluation individuelle théorique (QCM) et pratique sur les formateurs(rices) afin de valider les acquis
- Bilan de la formation – réponses aux questions et conseils
- Remise des Certificats d'aptitude Professionnel aux stagiaires

Outils de formation :

- Protocole écrit et illustré
- Table de massage
- Huile 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 et Lyon
- Vente de produits artisanaux

○ Tarif : 170 € à titre personnel

- 1/3 à verser au moment de l'inscription soit 50€ par chèque ou par virement
- Le solde, 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

LenaZen ACADEMY 211 impasse de la chaux 07340 Peaugres - 0689329078 Numéro SIRET: 837 887 330 00012

Numéro de déclaration d'activité: **84070134607** auprès du préfet de région de: Auvergne Rhône Alpes

MAJ LE 19092025

LenaZen ACADEMY

211 impasse de la chaux

07340 PEAUGRES

Email: lenazenacademy@gmail.com

Tel: 0689329078



LenaZen ACADEMY 211 impasse de la chaux 07340 Peaugres - 0689329078 Numéro SIRET: 837 887 330 00012

Numéro de déclaration d'activité: **84070134607** auprès du préfet de région de: Auvergne Rhône Alpes

MAJ LE 19092025