

Programme : Massage aux Pierres Chaudes sur table

Présentation: Le Massage aux pierres chaudes est un massage pratiqué avec des pierres de basaltes chauffées. Durant ce massage, les pierres chaudes vont servir à masser, caresser, pétrir certaines zones précises du corps. Une huile de massage tiède sera utilisée. Ce massage est très apprécié durant l'hiver. Il se pratique allongé sur une table de massage.

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
- Intégrer et maîtriser les différentes techniques du protocole
- Savoir utiliser la machine à pierres
- Pratiquer une séance de massage complète d'une heure
- Savoir accueillir et proposer une séance de massage bien être
- Acquérir les gestes professionnels du massage et le toucher juste
- Acquérir les bonnes postures lors du 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
 - Connaissance des huiles de massage à utiliser
 - Explication sur l'utilisation de l'appareil aux pierres chaudes, l'entretien et l'entretien
 - Etude des statuts, administratifs, législation
 - Mise en pratique des enchaînements de massage (jambes, pieds, dos) : démonstration et pratique du massage (face postérieure)
 - Pause déjeuner
 - Révision de la 1^{ère} séquence de travail en binôme
 - Mise en pratique des enchaînements de massage (suite du dos) et : Démonstration et pratique du massage (face postérieure)
 - Bilan de la journée
- Programme de la 2^{ème} journée :
 - Discussion de groupe et questions suite à la 1^{ère} journée de formation

LenaZen ACADEMY

22 rue des rouges gorges

14320 Fontenay le Marmion

Email: lenazenacademy@gmail.com

Tel: 0689329078



- Mise en pratique des enchainements de massage (jambes, pieds et ventre) : démonstration et pratique du massage (face antérieure)
- Mise en pratique des enchainements de massage (bras, épaule et visage) : Démonstration et pratique du massage (face antérieure)
- Pause déjeuner
- Révision de la 2^{ème} séquence de travail en binôme
- Evaluation individuelle théorique (QCM) et pratique sur les formateurs(rices) afin de valider les acquis
- Remise des Certificats d'aptitude Professionnel aux stagiaires

Outils de formation :

- Protocole écrit et illustré
- Table de massage
- Huile de massage
- Appareils et pierres de basalte

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 à Verson (proche de Caen), La Rochelle
- Boutique produits artisanaux

Tarif : 260 € 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 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 22 rue des rouges gorges 14320 Fontenay le Marmion - 0689329078 Numéro SIRET: 837 887 330 00020

Numéro de déclaration d'activité: **84070134607** auprès du préfet de région de: Normandie

MAJ LE 01072026