

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. Ce drainage est effectué par des mouvements doux sur tout le corps et également de mouvements de pompages au niveau des zones ganglionnaires.

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 enchaînements 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

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 postérieures) : démonstration et pratique du massage
- Révision
- 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
- Formation proposé à Caen et La Rochelle
- Vente de 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