



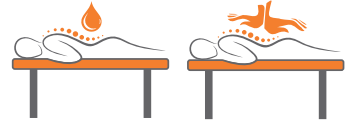
CHINE

# MASSAGE CHI NEI TSANG

Difficulté



5 jours  
35 heures



FRANCE  
compétences  
REGISTRATION  
enregistrée au Répertoire spécifique



## Une approche viscérale et holistique chinoise

Découvrez cette approche viscérale et holistique chinoise par l'apprentissage de ce massage du ventre qui vise à libérer les énergies négatives concentrées dans l'abdomen et à harmoniser les émotions.

Au cours de ces cinq jours, vous aborderez d'abord une partie théorique autour de l'anatomie du ventre et des principes énergétiques chinois avant de vous lancer dans l'apprentissage du protocole.

À travers cette manipulation énergétique de l'abdomen et par un toucher doux et profond, vous allez apprendre à manipuler les organes internes de votre massé pour améliorer leurs fonctionnements. En effet, le Chi Nei Tsang détoxifie l'organisme et fortifie le système immunitaire. Ce soin global agit bien sûr sur la sphère digestive, mais aussi respiratoire, cardio-vasculaire, lymphatique, endocrinienne, urinaire et reproductive.

## Ses bienfaits

- Apaise le mental et aide à la gestion des émotions.
- Améliore la circulation sanguine, la respiration et le fonctionnement des organes.
- Stimule le système digestif et le système immunitaire.
- Régule le métabolisme.

## Objectifs de la formation

- Connaître l'anatomie du ventre.
- Se familiariser avec le système énergétique chinois.
- Appréhender le travail viscéral.
- Maîtriser les gestes techniques propres au Chi Nei Tsang.



AFRIQUE

# MASSAGE ORIENTAL

Difficulté



3 jours  
21 heures



## Le rituel venu du Maghreb

Développez vos compétences avec ce massage composé de manœuvres énergétiques et fluides particulièrement recommandé pour des personnes hyperactives ou surmenées. Le massage oriental allie une très grande créativité et une grande rapidité dans la gestuelle, ce qui contraint le corps et l'esprit du massé à lâcher prise.

Le massage oriental revitalise le corps grâce à l'affermissement du système immunitaire, et en revigorant la circulation sanguine. Les bienfaits de ce massage sont multiples, sur le plan psychologique et physique. Apprendre le massage oriental n'est donc pas simple. Il exige que vous ayez déjà une grande maîtrise préalable de gestes de base (pétrissage, lissage, étirement, ...)

En choisissant ce massage vous serez en mesure de proposer une invitation à l'évasion et au lâcher prise à l'aide de techniques précises, comme le tapotement et le malaxage. Vous vous attellerez à la détente du patient sur des zones corporelles (le ventre, la colonne vertébrale, le plexus, etc.).

Les techniques enchaînées sont souples et assez rapides. Une séance de hammam est souvent associée à cette technique.

## Ses bienfaits

- Stimule la circulation sanguine.
- Adoucit la peau.
- Détend les muscles et les tensions des nerfs.
- Évacue les toxines et les impuretés.
- Régénère l'organisme.

## Objectifs de la formation

- Maîtriser un protocole spécifique et créatif.
- Savoir accueillir et accompagner les clientes.
- Elaborer en une heure un protocole complet.
- Développer ses compétences dans le domaine du bien-être.





AFRIQUE

# MASSAGE AUX BAMBOUS

Difficulté



2 jours  
14 heures



## Souplesse et robustesse pour un bien-être profond

Découvrez les multiples bienfaits de ce merveilleux soin drainant et tonifiant. Le bambou constitue l'élément idéal pour un massage redynamisant dont l'action est bénéfique pour lutter contre la fatigue, le stress et peut également affiner le corps. Ce bois léger mais robuste offre de multiples effets en dispersant les tensions et en libérant les énergies.

Apprenez à l'appuyer sur le corps, le glisser, le pivoter ou le rouler en suivant les reliefs musculaires. Des tiges de différentes longueurs sont utilisées pendant le massage, leur diamètre et leur longueur variant en fonction de la région du corps qui est massée.

En accentuant vos mouvements à l'aide des bambous, vous apportez un traitement intramusculaire profond idéal pour soulager les muscles endoloris, ainsi que pour assouplir les tissus. En plus de lutter contre la fatigue et le stress, les roulements et les glissements des bambous créent un effet circulatoire sur tout le corps permettant d'assouplir les tissus et de drainer les toxines, tout en soulageant les douleurs musculo-articulaires. Il répond facilement aux différentes attentes de vos client(e)s qu'ils soient sportifs ou simplement en recherche de détente profonde.

## Ses bienfaits

- Lutte contre la fatigue et le stress
- Stimule la circulation sanguine
- Assouplit les tissus et draine les toxines.
- Soulage les douleurs musculo-articulaire
- Traite les problèmes de cellulite

## Objectifs de la formation

- Acquérir de nouvelles approches de techniques corporelles par l'utilisation des tiges de bambou.
- Apprendre un protocole original pour une clientèle variée (sportifs, cures minceurs, personnes surmenées ...)



## LES SPÉCIFIQUES

# MASSAGE MINCEUR PALPER-ROULER

Difficulté



1 jour  
7 heures



## L'art du Palper-Rouler

Ce massage est un traitement appliqué dans le cadre de cure minceur. Il a pour but de lutter contre la cellulite par la technique du palper-rouler manuel.

Ce traitement est bien plus que de l'esthétique. Vous reconnaîtrez les types de cellulites, vous en comprendrez les causes et le fonctionnement. Vous apprendrez à créer un dossier minceur pour chacun de vos clients, puis vous exécuterez les techniques de massage spécifique au moyen du Palper-Rouler manuel.

## Ses bienfaits

- Elimine efficacement les excès de cellulite.
- Elimine les déchets métaboliques.
- Optimise la circulation sanguine.
- Elimine les toxines et consolide le système immunitaire.

## Objectifs de la formation

- Maîtriser de nombreux gestes de base, chauffant, unifiant, décongestionnant, ainsi que les techniques de palper-rouler.
- Élaborer une carte de soins minceur.
- Aborder les soins complémentaires pour optimiser les résultats de votre massage minceur.





## LES SPÉCIFIQUES

# DRAINAGE LYMPHATIQUE METHODE VODDER

Difficulté



2 jours  
14 heures



## Le drainage lymphatique selon Vodder

Cette technique vise à améliorer la circulation des fluides corporels à travers les canaux lymphatiques, elle est efficace notamment au niveau des membres inférieurs et pour combattre la cellulite.

Vous apprendrez à stimuler le système lymphatique afin d'accélérer l'élimination des déchets et accumulations de liquides dans le corps. Ce massage s'adresse particulièrement aux gens qui ont des problèmes circulatoires.

Ce massage est souvent indispensable dans le cadre de cure minceur (manuel ou mécanique), car il participe à la décongestion des tissus et rend les traitements minceur moins douloureux.

Il est particulièrement recommandé aux personnes souffrant de rétention d'eau.



## Ses bienfaits

- Favorise le nettoyage, la décongestion du tissu conjonctif et des ganglions lymphatiques.
- Soulage les jambes lourdes.
- Améliore la qualité de la peau en éliminant la cellulite.

## Objectifs de la formation

- Parfaire votre connaissance du système lymphatique.
- Connaître toutes les précautions à prendre et les contre-indications absolues à ce massage.
- Comprendre la gestuelle spécifique à ce soin.
- Maîtriser un protocole rigoureux et complet.



LES SPÉCIFIQUES

# ANATOMIE PALPATOIRE ET PHYSIO-PATHOLOGIE HUMAINE

Difficulté   2 jours  
14 heures + **E-LEARNING**

## Une formation théorique et pratique indispensable adaptée aux professionnels du massage bien-être et de l'esthétique

Dans le cadre de l'évolution de notre profession, il est essentiel d'avoir une formation rigoureuse sur le plan de l'anatomie et de la physiologie humaine.

Aussi nous vous proposons cette formation sur deux jours basées sur une approche à la fois théorique, mais avant tout pratique c'est-à-dire palpatoire.

Une bonne connaissance des muscles du corps, des principales articulations ou encore des os est essentielle pour un masseur bien-être. Il est en effet très valorisant pour vous de savoir quelles parties du corps vous massez. Cela renforce la qualité et la précision de vos gestes ainsi que votre professionnalisme auprès de votre clientèle car vous serez en mesure d'échanger de façon plus technique avec vos massés, et répondre précisément à leurs attentes.



## Programme de la formation

- La peau, les muscles, les tendons, les ligaments.
- Palpation des éléments osseux, musculaires et tendineux.
- Pratique du massage profond avec respect du sens des fibres musculaires.
- Connaissance des principales articulations du corps et mise en pratique par mobilisation.
- Abdomen/thorax : Localisation et fonction des viscères.
- Système circulatoire : localisation des principaux vaisseaux (artériels, veineux et lymphatiques).
- Système nerveux : différence entre neuro-végétatif et cérébro-spinal / localisation des troncs nerveux superficiels.

## Objectifs de la formation

- Avoir des connaissances précises sur le plan anatomique pour renforcer votre professionnalisme auprès de votre clientèle.
- Connaître les contre-indications générales au massage bien-être et celles spécifiques à chaque techniques.





## LES SPÉCIFIQUES

# MASSAGE FEMME ENCEINTE

Difficulté



2 jours  
14 heures



## Accompagnez les futures mamans

Les femmes enceintes subissent des changements émotifs et physiologiques significatifs au cours de la grossesse.

Mal de dos, jambes lourdes, prise de poids excessive... La grossesse peut s'avérer éprouvante pour les futures mères, tant physiquement que moralement. En accompagnant les bouleversements qu'elles vont connaître pendant 9 mois, les massages peuvent leur apporter un réel mieux-être.

Outre la prise de poids, les changements hormonaux entraînent certaines gênes comme la migraine, les tensions musculaires ou encore les problèmes de contraction. C'est d'ailleurs pour soulager au mieux ces désagréments que le massage pour femme enceinte a été créé. Il procure dynamisme et bien-être et permet à la femme enceinte de vivre pleinement sa grossesse.

## Ses bienfaits

- Détendre la patiente au niveau physique, émotionnel et psychologique.
- Elimine les troubles du sommeil comme l'insomnie.
- Renforce les muscles et les articulations afin de supporter le poids supplémentaire du bébé.
- Soulage les douleurs musculaires et articulaires.
- Aide la patiente à adopter une posture plus appropriée.
- Elimine les gonflements des membres (mains et pieds).
- Soulage les sciatiques, les phénomènes de jambes lourdes ainsi que les crampes.
- Prépare les muscles en vue de l'enfantement.
- Diminue les nausées et les migraines.



### Objectifs de la formation

- Se familiariser avec l'anatomo-physiologie de la femme enceinte tout au long de sa grossesse.
- Connaître les contre-indications partielles et absolues.
- S'informer sur l'installation spécifique des femmes enceintes sur table ou au sol et connaître les contre-indications partielles et absolues.
- Savoir s'adapter aux besoins de la maman au fil des trimestres de la grossesse.
- Préparer le bassin avant et après la naissance.
- Apprendre un massage minutieux du ventre.
- Maîtriser des techniques de massage pour soulager les jambes lourdes.



L'objectif est aussi de vous transmettre une approche très spécifique de ce massage et de vous enseigner comment personnaliser vos propres massages en intégrant des manoeuvres, des séquences et des positions spécifiques.