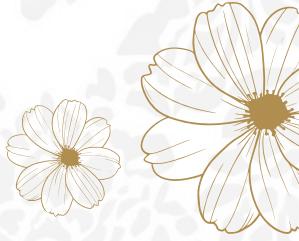


Programme

Sessions 2026 - 14 journées

Accompagner le sportif par des techniques profondes et superficielles



NB : durant les journées, la supervision de chaque stagiaire est permanente, les erreurs sont corrigées au fur et à mesure et autant de fois que nécessaire.

Organisme de formation : Centre de formation A Fleur De Peau-EURL au capital de 1000€ - siège social : 269 rue Duguesclin, 69003 Lyon, France - Siret n°502 651 284 000 64 - APE : 8559A - Tel : 04 78 84 24 91 / 06 69 70 27 27 – N° d'activité du centre : 82 69 12544 69 - Email : afleurdepeaulyon@gmail.com

Objectifs opérationnels de la certification : Cette certification vise à répondre au besoin de compétences spécifiques et de reconnaissance des professionnels du monde du bien-être face à une clientèle potentielle jeunes mamans qui sont, tout comme le reste de la société, de plus en plus en recherche d'une approche bien-être. Ce parcours vise ainsi à donner l'opportunité aux praticiens de diversifier et de valoriser leur offre en réponse à cette forte demande, au moyen de compétences relatives à l'accueil et au massage de la femme pendant la grossesse, en post-partum ainsi qu'au massage de son bébé.

Programme de la formation : Apprendre à se mettre en condition pour donner un bon massage, tel que la concentration, la respiration, la posture, l'échauffement du corps : Ainsi chaque journée débute par un échauffement d'environ 20mn. Un soin particulier est porté tout au long de la formation sur la posture et l'utilisation du poids de notre corps afin d'éviter de se fatiguer rapidement, mais aussi de donner les meilleures sensations au receveur et pouvoir pratiquer plusieurs séances de massage. Apprendre la technique du massage : Les gestes spécifiques à la technique du massage sont enseignés. Aspects importants dans la pratique du massage : Les grands principes du massage (origine, objectif et bienfaits), les contre-indications, les précautions à prendre avant chaque séance, l'accueil et le respect de la personne massée.

Modalités

Méthodes et moyens mobilisés: Notre formation propose un accompagnement personnalisé avec un parcours sur mesure pour chaque participant. Un book de formation est fourni et un espace e-learning avec vidéos vient compléter l'apprentissage. La pédagogie est active et majoritairement pratique (90 %), avec des démonstrations, des exercices en binôme et des mises en situation réelles. Chaque apprenant bénéficie d'un poste de travail équipé et de modèles vivants, internes ou externes, pour une pratique optimale.

Pré-requis et public concerné par la formation : Toute personne de 18 ans et plus en bonne santé et qui comprend la langue française peut suivre cette formation, sauf les femmes enceintes. Aucun niveau ni connaissance antérieure n'est requis. Le groupe est de 12 personnes pour 1 professeur.

Méthode pédagogique : L'enseignement donné est surtout axé sur le côté pratique. La technique enseignée est montrée par petites séquences à tour de rôle sur deux participants volontaires. Les participants reproduisent ensuite les gestes vus quelques minutes plus tôt grâce à la formation de binôme. L'un massera sur l'autre, puis les rôles seront inversés. Ils connaîtront ainsi le ressenti du point de vue du donneur mais également du receveur. La formatrice ou le formateur corrigent alors les postures et gestes des participants pendant leur pratique et répondront aux questions des uns et des autres. Le(a) formateur(rice) veillera à ce que les participants changent régulièrement de partenaires afin qu'il puisse s'entraîner sur des morphologies différentes. Cela reste la meilleure méthode pour être le plus près possible de la réalité du monde du travail dans le massage de bien-être et de relaxation

Votre formatrice :
Aurélia Papucci ou un professionnel dans le secteur de l'activité qui est enseigné



269 rue Duguesclin
Lyon 03



14 journées - 98H



de 9h à 17h



1 à 12 stagiaires max



04 78 84 24 91



contact@afdp.fr



- Financement personnel : 2900€ + 250€ de frais d'inscription et passage à l'examen (non remboursable)
- Financement avec prise en charge* et CPF : 3280€ + 250€ de frais d'inscription et passage à l'examen (non remboursable)



Validation de la formation par une attestation de fin de formation en vue de l'obtention d'un certificat professionnel du Praticien

Spa Massage et Bien-Être Bloc 2 RNCP 38447 : Le contrôle et la validation de la formation se déroule chaque jour, un contrôle final est prévu en fin de formation pour l'obtention du cursus. Il faut avoir validé une moyenne de 12/20. Le(a) formateur(rice) pourra demander aux participants de pratiquer sur elle une partie au du protocole enseigné. En cas de validation partiel, le participant aura la possibilité de travailler sa pratique et de repasser la validation quand il se sentira prêt, gratuitement une fois puis payante si un troisième examen est nécessaire. Une attestation de fin de stage est délivrée.

Engagement du centre : Donner la prestation définie dans cette annexe. Être à l'écoute de chaque participant de façon à lui permettre de mettre à profit le mieux possible cette formation. S'abstenir de tout prosélytisme sectaire, philosophique, religieux et politique.

