

MASSAGE CALIFORNIEN AVANCÉ



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 les bases des techniques du modelage CALIFORNIEN, massage de bien-être et de relaxation sont enseignés. Protocole pour une séance de 60 minutes environ. Aspects importants dans la pratique du massage : Les grands principes du massage de bien-être et de relaxation (origine, objectif et bienfaits), les contre-indications, les précautions à prendre avant chaque séance, l'accueil et le respect de la personne massée.



200€ de frais d'inscription et passage à l'examen sont à prévoir



35.00 heures (5.00 jours)



Profil des apprenants :

Toute personne de 18 ans et plus en bonne santé et qui comprend la langue française peut suivre cette formation, sauf les femmes enceintes.



Prérequis :

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.



Accessibilité et délais d'accès :

Nous étudions au cas par cas toutes les situations de handicap afin d'envisager une intégration dans la formation. Dans le cas contraire, nous prévoyons une orientation vers des organismes appropriés.

Contact : Mme Ganthier (martine.g@afdp.fr)



Qualité et indicateurs de résultats

Objectifs pédagogiques :

Être capable de donner la meilleure séance possible du massage enseigné, et ainsi de permettre à la personne qui reçoit la séance de se relaxer en profondeur ou de retrouver son dynamisme.

CONTENU DE LA FORMATION



Jour 1

Apprentissage du massage

- **9H00** : Accueil des participants. Présentation du formateur et des participants. Présentation du déroulement du stage. Présentation du centre et contexte du massage de bien-être et de relaxation à but non thérapeutique.
 - **10H30** : échauffement du corps et concentration
 - **10H45** : apprentissage des postures et principes fondamentaux du « massage-modelage »
 - **11H00 à 13H00** : apprentissage des mouvements et des effets de relaxation
 - **13H00** : Déjeuner
 - **14H00 à 16H45** : suite de l'apprentissage des mouvements.
 - **16H45 à 17H00** : rangement du matériel
 - **17H00** : fin du cours
-

Jour 2 à 4

Apprentissage du massage

- **9H00** : révision des techniques vues la veille.
 - **10H30** : échauffement du corps et concentration
 - **10H45** : révision individuelle et en commun des techniques apprises hier.
 - **11H00 à 13H00** : suite de l'apprentissage du protocole.
 - **13H00** : Déjeuner
 - **14H00 à 16H45** : suite de l'apprentissage des mouvements.
 - **16H45 à 17H00** : rangement du matériel
-

Jour 2 à 4

Apprentissage du massage

- **9H00** : révision des techniques vues la veille.
- **10H30** : échauffement du corps et concentration
- **10H45** : révision individuelle et en commun des techniques apprises hier.
- **11H00 à 13H00** : apprentissage de la fin du protocole.
- **13H00** : Déjeuner
- **14H00 à 16H20** : examen en binôme avec inversion des rôles à la fin du premier cycle.
- **16H20 à 17H00** : Débriefing de la formation + conseils sur la façon de travailler après la formation pour en profiter au mieux + remise des certificats
- **17H00** : fin du cours
- **16H45 à 17H00** : rangement du matériel

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Aurélia Papucci, fondatrice du centre A Fleur De Peau, issue d'un BTS architecture, elle s'est formée aux massages du monde depuis 2008.

Connaissances : Mise en oeuvre de formation en massage de bien-être et de relaxation, Mise en oeuvre de massage de bien-être et de relaxation, Mise en oeuvre du soin de rajeunissement et d'amincissement avec le matériel Debussy Thermodermie
Elle a travaillé à Matériel Debussy Thermodermie en tant que représentante.

Attestation de stage pour le drainage lymphatique, Méthode Vodder, Formation au massage Californien et Ayurvédique – Société Noah Massage, Formation au massage Californien-Suédois, Balinais, Réflexologie plantaire Thaïlandaise, Lomi- lomi, Ayurvédique – École Azenday, Formation au massage à la cire de bougie - École européenne du Bien-Être, Formation au Tui-na de bien-être, massage femme enceinte, massage bébé, tampon de Siam, palper-rouler, pierres chaudes, thaï à l'huile, anatomie, Formation thaïlandais traditionnel au sol niveau 1 et 2, californien au sol, réflexologie plantaire chinoise, shiroabhyanga, bol kansu, marmathérapie, relaxation coréenne, Amma assis, udvartana, Deep tissue, Formation kobido niveau 1 et 2, Drianage, Hinoki, Guashas et ventouses visage, intrabuccal, massage malaisien, chi-nei-tsang, Tui Na de bien-être, bébé enfant, Tui Na des saisons de niveau 2, cursus Reflexologue, gommage et enveloppement, massage pour personnes âgées, Amma assis, Ayurvédique Tri Doshas, bambou, Californien au sol, initiation massage, marmathérapie, bol kansu, udvartana, aromathérapie, réflexologie plantaire, palmaire, auriculaire et faciale, Diététique Chinoise (en cours), pain basti, tui na dos, tui na des émotions École - A Fleur de Peau, Tui Na 1ère année, École Shao Yang

Expériences professionnelles : Responsable magasin et formatrice des superviseurs chez Grand Frais et Cerise et Potiron de 2005 à 2008. - Fondatrice et gérante du centre de formation A Fleur de Peau depuis 2008.

OU Un professionnel dans le secteur de l'activité qui est enseigné. Lors de chaque recrutement, le formateur est d'abord soumis à des tests, voir à une formation en interne, avant de pouvoir former des stagiaires.

- Un support de cours permet d'expliquer chaque mouvement grâce à des photos, des schémas et des textes explicatifs. Ce document est remis à chaque participant. Un espace vide est aussi présent à côté de toutes les photos afin qu'il puisse expliquer avec ses propres termes le mouvement et ainsi mieux le retenir. Des tables de massage, futons, chaises, tabourets, paperboard, vidéoprojecteur, tatamis, différentes huiles sont mises à disposition. La lecture d'ouvrages divers est conseillée également.

- 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 corrigeront 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.

- 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.

- Financement personnel : 1000€ + 200€ de frais d'inscription et passage à l'examen (non remboursable)
- Financement avec prise en charge* et CPF : 1200€ + 200€ de frais d'inscription et passage à l'examen (non remboursable)



Moyens pédagogiques et techniques :



Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation :



Prix :