



Organisme de Formations Assayan Équilibre by Keity

PROGRAMME DE FORMATION MASSAGE CALIFORNIEN

• **OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES**

- Savoir accueillir et installer le client, identifier ses besoins pour proposer la prestation la plus adaptée.
- Connaître et identifier les contre-indications.
- Valoriser les bienfaits physiques et psychologiques de la pratique
- Connaître le nom des manœuvres associées au massage : pétrissage, lissage, effleurage, palper rouler, friction, vibration, foulage, pressions, percussions.
- Savoir pratiquer les différentes manœuvres sur le corps afin de créer une séance harmonieuse de 60min
- Connaître le système lymphatique et savoir pratiquer les manœuvres adaptées
- Mener une anamnèse complète pour identifier les contre indications et restrictions à la pratique
- Savoir mettre en place un protocole complet et adapté à la cliente
- Adopter la bonne posture face à la cliente

• **MOYENS PÉDAGOGIQUES**

- Livret de formation PDF dans l'espace apprenant, visionnage sur rétroprojecteur
- Table de massage, huile de massage
- Suivi post formation via groupe whatsapp, mail...

• **MÉTHODES PÉDAGOGIQUES**

- Explications et démonstrations faites par le formateur puis mise en application lors de sessions pratiques en situation réelle sur modèles - Apprentissage du protocole sur le corps entier dont la visage

• **EVALUATION**

- Évaluation continue tout au long de la formation par observation et questions posées par le formateur
- Observation et évaluation d'une séance complète pratiquée par l'apprenant sur un modèle en fin de journée 3

- **Durée/Horaires** : 2 jours / 9h - 17h (total 14h)
- **Lieu** : à définir **Tarif** : 590€ TTC **Prérequis** : Pas de prérequis
- **Accessibilité** : L'organisme s'engage à étudier toute demande d'adaptation pour les personnes en situation de handicap.
- **Tenue des apprenants** : ongles courts et propres, tenue correcte souple est confortable ni trop ample ni trop serrée





Organisme de Formations Assayan Équilibre by Keity

PROGRAMME DE FORMATION MASSAGE CALIFORNIEN

JOUR 1 – Bases et posture professionnelle (7h).

MATIN

Module 1 : Introduction au massage bien-être

- Histoire et évolution du massage
- Différence entre massage bien-être et massage thérapeutique
- Règles éthiques et déontologiques
- Respect du corps et du consentement

Module 2 : Posture du praticien

- Position du corps
- Respiration et ancrage
- Présence et qualité du toucher

Module 3 : Installation et hygiène

- Préparation de l'espace
- Hygiène des mains
- Drapage et respect de l'intimité
- Utilisation des huiles

APRÈS MIDI

Module 4 : Techniques fondamentales

- Effleurages
- Lissages
- Pressions glissées
- Mobilisations douces

Pratique supervisée sur dos et jambes



Assayan Équilibre – Organisme de formation
15 rue des champs 60650 Lachapelle aux pots
Siret : 9075443320014 – NDA : 32600423460 DREETS Hauts-de-France
Ce numéro ne vaut pas agrément de l'État
+33.7.83.32.63.94 assayan.equilibre@gmail.com



Organisme de Formations Assayan Équilibre by Keity

PROGRAMME DE FORMATION MASSAGE CALIFORNIEN

JOUR 2 – Apprentissage du protocole (7h).

MATIN

Module 5 : Construction du protocole

- Structure d'une séance
- Enchaînement des gestes
- Fluidité et continuité
- Gestion du temps

Pratique supervisée : Dos Jambes Bras

APRÈS-MIDI

Module 6 : Relation client et communication

- Accueil du client
- Questionnement sur les besoins
- Écoute active
- Respect des limites



Assayan Équilibre – Organisme de formation
15 rue des champs 60650 Lachapelle aux pots
Siret : 9075443320014 – NDA : 32600423460 DREETS Hauts-de-France
Ce numéro ne vaut pas agrément de l'État
+33.7.83.32.63.94 assayan.equilibre@gmail.com



Organisme de Formations Assayan Équilibre by Keity

PROGRAMME DE FORMATION MASSAGE CALIFORNIEN

JOUR 3 – Mise en situation professionnelle (7h).

MATIN

Module 7: Révision

- question/réponse pour lever toute interrogation
- Pratique sur modèle sous forme de mise en situation

APRÈS MIDI

Module 8 : Évaluation finale pratique

- Chaque stagiaire réalise un massage complet de 45 minutes
- Observation par la formatrice
- Retour personnalisé
- Quiz vérification des connaissances théoriques

Bilan de formation

- Auto-évaluation
- Points forts et Axes d'amélioration
- Perspectives professionnelles
- Questionnaire de satisfaction
- Remise des attestations et photo souvenir !



Assayan Équilibre – Organisme de formation
15 rue des champs 60650 Lachapelle aux pots
Siret : 9075443320014 – NDA : 32600423460 DREETS Hauts-de-France
Ce numéro ne vaut pas agrément de l'État
+33.7.83.32.63.94 assayan.equilibre@gmail.com