

Massage Deep Tissues

Massage des Tissus Profonds convenant aux sportifs, aux personnes anxieuses et souffrant de tensions. Apprécié par les personnes recherchant des massages « appuyés », car permet un relâchement musculaire important et durable.

Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> x Tenir compte de l'environnement et des capacités du bénéficiaire pour l'installation. x Faire attention à son ergonomie et à celle du receveur x Connaître les limites de ce massage NON THERAPEUTIQUE x Comprendre l'impact des manœuvres sur les tissus musculaires et cutanés x S'entretenir avec le receveur afin de détecter d'éventuelles pathologies et contre-indications ne permettant pas la pratique du soin, ou partiellement. x Dérouter le protocole de manière logique et cohérente x Etre capable de l'insérer partiellement dans un autre massage x Exécuter correctement les manoeuvres x Recueillir auprès du receveur les bénéfices ressentis lors du soin et/ou ultérieurement.
Public	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Esthéticien.nes diplômé.es ➤ Soci-esthéticien.nes diplômé.es ➤ Praticien.nes en massages bien-être
Pré-requis	<ul style="list-style-type: none"> ➤ CAP, BEP, BACPro, BTS ECP ➤ Titre Socio-esthétiques ➤ Titre Technicien.ne Spa ➤ Attestation.s de formation au massage bien-être
Responsable de la formation	Marine Schwenk (Titre FPA)
Formatrice	Marine Schwenk (Socio-esthéticienne CODES)
Lieu de la formation	<p>Au domicile.....</p> <p>Institut.....</p> <p>.....</p> <p>Salle</p>
Moyens pédagogiques et techniques	<p>Travail <u>sur modèles et/ou en binôme</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Tables de massages (formatrice/stagiaire) • Chaises • Feutres, stylos, crayons de

	<p>différentes couleurs (schémas à remplir) Fourni par Elloa Formations</p> <ul style="list-style-type: none"> • Serviettes • Coussins • SHA • Huiles de massage • Consommables • Vidéoprojecteur • Livret de formation (papier ou sur USB) contenant : <ul style="list-style-type: none"> ◦ Protocole, planches anatomiques, schémas.
Dispositif de suivi	Feuille d'émargement à la demi-journée Questionnaire de satisfaction
Dispositif d'évaluation sommative	Protocole complet réalisé sur modèle assis, puis allongé.
Dispositif de résultat	Remise d'attestation de formation délivrée par Elloa Formations
Durée de la formation	16h
Prix de la formation	512€TTC / praticien.ne au-delà de 50km de La Rochelle, frais kilométriques selon barème des impôts de l'année en cours
Mode de paiement	Chèque ou espèces

Massage Deep Tissues

Contenu de la formation/programme détaillé

Jour 1

9h- Accueil des stagiaires : Emargement

- x Présentation du déroulé et du contenu de la formation
- x Remises des supports

9h30-Théorie

- x Comprendre les indications et contre-indications du massage
- x Connaître les limites de sa pratique NON THERAPEUTIQUE
- x Maîtriser l'anatomie concernant les muscles profonds et les fascias
- x Faire le lien entre les manœuvres et la pratique
- x S'installer en respectant les règles d'ergonomie
- x Choisir l'huile ou beurre de massage et en maîtriser la quantité

10h45-PAUSE

11h-Pratique :

- x Tour 1 : Prise de contact et manœuvres des jambes
- x Tour 2 : Prise de contact et manœuvres des jambes

12h30-Travail sur les dessins

13h-PAUSE MERIDIENNE

14h-Pratique Emargement

- x Tour 1 : Travail du dos, de l'omoplate et des trapèzes
- x Tour 2 : Travail du dos, de l'omoplate et des trapèzes

15h15-PAUSE

15h30-Pratique

- x Tour 1 : Travail du bras, du cou et du crâne
- x Tour 2 : Travail du bras, du cou et du crâne

17h30-Questions-réponses pour vérifier la compréhension des apprenants

Jour 2

9h-Emargement. Debriefing de la veille

9h30-Pratique

- x Tour 1 : Travail des jambes et du ventre
- x Tour 2 : Travail des jambes et du ventre

11h15-PAUSE

11h30-Pratique

- x Tour 1 : Travail des bras, buste, nuque et crâne
- x Tour 2 : Travail des bras, buste, nuque et crâne

13h-PAUSE MERIDIENNE

14h-Travail sur les schémas

14h30-Réalisation du protocole complet : (Evaluation sommative)

- x Réalisation du protocole complet 1^{er} groupe

15h45-PAUSE

16h-Réalisation du protocole complet : (Evaluation sommative)

- x Réalisation du protocole complet 2nd groupe

17h30-Questionnaire de satisfaction

17h45-Remise d'attestation de formation