

## Massage Shiatsu esthétique

Proposer un massage du corps d'inspiration Shiatsu, travail sur les méridiens énergétiques du corps en utilisant les points de digitopression.

Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>x Tenir compte de l'environnement et des capacités du bénéficiaire pour l'installation.</li> <li>x Faire attention à son ergonomie et à celle du receveur</li> <li>x Connaître les bases du shiatsu, de la digitopression et des tsubos</li> <li>x Comprendre l'impact des manœuvres sur les tissus musculaires et cutanés</li> <li>x S'entretenir avec le receveur afin de détecter d'éventuelles pathologies et contre-indications ne permettant pas la pratique du soin, ou partiellement.</li> <li>x Dérouler le protocole de manière logique et cohérente</li> <li>x Exécuter correctement les manoeuvres</li> <li>x Recueillir auprès du receveur les bénéfices ressentis lors du soin et/ou ultérieurement.</li> </ul>
Public	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Esthéticien.nes diplômé.es</li> <li>➤ Soci-esthéticien.nes diplômé.es</li> <li>➤ Praticien.nes en massages bien-être</li> </ul>
Pré-requis	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ CAP, BEP, BACPro, BTS ECP</li> <li>➤ Titre Socio-esthétiques</li> <li>➤ Titre Technicien.ne Spa</li> </ul>
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> <p>.....</p>
Moyens pédagogiques et techniques	<p><u>Travail sur modèles et/ou en binôme</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tables de massages ou nattes (formatrice/stagiaire)</li> <li>• Chaises</li> <li>• Feutres, stylos, crayons de différentes couleurs (schémas à remplir) Fourni par Elloa Formations</li> <li>• Serviettes</li> <li>• Coussins</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SHA</li> <li>• Huiles de massage</li> <li>• Consommables</li> <li>• Vidéoprojecteur</li> <li>• Livret de formation (papier ou sur USB) contenant : <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Protocole, planches anatomiques, schémas.</li> </ul> </li> </ul>
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 Shiatsu esthétique

## 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 bases du shiatsu, de la digitopression et des tsubos
- x S'installer et installer le client en respectant les règles d'ergonomie
- x Connaître les indications et contre-indications de ce massage
- x Repérer sur schéma les points activés pendant le massage, les muscles et les méridiens stimulés.

10h15-PAUSE

#### 10h30-Pratique :

- x Tour 1 : Installer la personne assise ou à genoux, prise de contact et manoeuvres du dos
- x Tour 2 : Installer la personne assise ou à genoux, prise de contact et manoeuvres du dos

#### 12h30-Travail sur les schémas

13h-PAUSE MERIDIENNE

#### 14h-Pratique Emargement

- x Tour 1 : Manoeuvres des bras, épaules et bassin
- x Tour 2 : Manoeuvres des bras, épaules et bassin

15h15-PAUSE

#### 15h30-Pratique

- x Tour 1 : Manoeuvres des jambes, de la tête et du buste
- x Tour 2 : Manoeuvres des jambes, de la tête et du buste

#### 17h00Travail sur les schémas

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

### Jour 2

#### 9h-Emargement. Debriefing de la veille

#### 9h30-Pratique

- x Tour 1 : Reprise du protocole complet de la veille
- x Tour 2 : Reprise du protocole complet de la veille

*11h15-PAUSE*

11h30-Pratique

- x Tour 1 : Manoeuvres sur les jambes et fin du massage
- x Tour 2 : Manoeuvres sur les jambes et fin du massage

*13h-PAUSE MERIDIENNE*

14h-Travail sur les schémas

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

- x Réalisation du protocole complet 1<sup>er</sup> groupe

x

*15h45-PAUSE*

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

- x Réalisation du protocole complet 2<sup>nd</sup> groupe

17h30-Questionnaire de satisfaction

17h45-Remise d'attestation de formation