

# Massage Bambous

Réaliser un massage bien-être avec l'utilisation des bambous

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 Choisir ses bambous</li> <li>x Comprendre les atouts de l'usage des bambous en relaxation et en amincissement</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>➤ Socio-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> <li>➤ Attestation.s de formation au massage bien-être</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>Salle .....</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 (formatrice/stagiaire)</li> <li>• Chaises</li> <li>• Feutres, stylos, crayons de différentes couleurs (schémas à remplir)</li> <li>• Kit de 8 bambous à acheter par l'apprenant ou par l'intermédiaire d'Eloa Formations Fourni par Eloa Formations</li> <li>• Serviettes</li> <li>• Coussins</li> <li>• SHA</li> <li>• Huiles de massage</li> <li>• Consommables</li> <li>• Vidéoprojecteur</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <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	480€TTC / praticien.ne 59,90€ kit 8 bambous par Elloa 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 Bambous

## 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 S'installer et installer le client en respectant les règles d'ergonomie
- x Connaître les indications et contre-indications de ce massage
- x Comprendre les usages du bambous en massage et les atouts en pratique relaxante et amincissantes
- x Choisir et entretenir ses bambous

*10h15-PAUSE*

#### 10h30-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 schémas

*13h-PAUSE MERIDIENNE*

#### 14h-Pratique Emargement

- x Tour 1 : Manœuvres du dos
- x Tour 2 : Manœuvres du dos

*15h15-PAUSE*

#### 15h30-Pratique

- x Tour 1 : Manœuvres des jambes face ventrale
- x Tour 2 : Manœuvres des jambes face ventrale

#### 17h-Travail 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 vu la veille + Ventre
- x Tour 2 : Reprise du protocole complet vu la veille + Ventre

*10h45-PAUSE*

11h-Pratique

- x Tour 1 : Manoeuvres bras et visage
- x Tour 2 : Manoeuvres bras et visage

12h30-Travail sur les schémas

*13h-PAUSE MERIDIENNE*

14h-Pratique

- x Tour 1 : Techniques spécifiques massage amincissant hanches, fesses, cuisses
- x Tour 2 : Techniques spécifiques massage amincissant hanches, fesses, cuisses

*15h15-PAUSE*

15h30Réalisation du protocole complet : (Evaluation sommative)

- x Réalisation du protocole complet 1<sup>er</sup> groupe
- x Réalisation du protocole complet 2<sup>nd</sup> groupe

17h45-Questionnaire de satisfaction

17h55-Remise d'attestation de formation