

## Programme de formation détaillé MASSAGE HAWAÏEN LOMI LOMI

Durée : 2 jours

### 1<sup>er</sup> JOUR

1. Présentation : principes et bienfaits
2. Echauffements et assouplissements
3. Anatomie du dos, jambes et pieds et repérage des tensions
4. Techniques de mains : pressions glissées, pétrissages et effleurages
5. Techniques et protocoles de modelage spécifique du dos et des membres
6. Etirements

### 2<sup>ème</sup> JOUR

1. Echauffement et assouplissements
2. Anatomie des zones du corps travaillées : l'abdomen et le visage
3. Techniques et protocoles de massage spécifiques de l'abdomen et du visage
4. Pratique en totalité
5. Etirements
6. Synthèse

#### **OBJECTIFS :**

- Repérer les muscles et les os
- Connaître les différentes manœuvres de modelage hawaïen
- Être capable de donner une séance de modelage hawaïen en maîtrisant les gestes et les postures

#### **NATURE DE LA FORMATION :**

Adaptation et développement des compétences.

#### **PUBLIC :**

Professionnels de l'esthétique souhaitant faire évoluer leurs compétences

#### **PRE-REQUIS :**

Aucun

#### **EFFECTIF :**

Groupe de 8 personnes maxi

#### **DATES, HORAIRES ET LIEU :**

selon planning



#### **DUREE :**

16 heures (2 jours x 8 h)

#### **TARIF :**

200 € nets de taxes/jour/pers.

#### **CONDITIONS DE REGLEMENT :**

cf Conditions Générales de Vente

#### **ENCADREMENT/INTERVENANT :**

Christelle MINOTTE, intervenante pour Image Consulting, praticienne et enseignante formatrice (diplômée licence) en esthétique, cosmétique et modelages. Maître Reiki Usui et Karuna.

#### **MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES**

##### **MIS EN ŒUVRE :**

Formation en présentiel, opérationnelle, qui alterne apports théoriques et pratiques.  
Matériel utilisé : table et produits de massage, paperboard, documents papier remis au stagiaire en fin de formation. Entraînement entre stagiaires ou sur modèles.

#### **MOYENS PERMETTANT DE SUIVRE**

##### **L'EXECUTION DE L'ACTION :**

Pour chaque demi-journée de formation, une feuille de présence (état d'émargement) sera signée par le stagiaire et le formateur, l'objectif étant de justifier la réalisation de la formation.

#### **MOYENS D'EVALUATION PAR**

##### **L'ORGANISME DE FORMATION:**

Pour permettre de contrôler si le stagiaire a acquis les connaissances dont la maîtrise constitue l'objectif initial de l'action, l'évaluation du stagiaire s'effectuera au moyen d'une mise en situation.

#### **SANCTION DE LA FORMATION :**

Attestation de présence et d'évaluation des acquis.

\* Les massages sont des modelages de bien-être à visée non thérapeutique