

KAMALA SPA

PROGRAMME DE FORMATION

MASSAGE : LES 4 ELEMENTS

DESCRIPTION

LE MASSAGE LES 4 ELEMENTS – 60/90 min

Massage unique avec une fusion de techniques agissant sur les différents systèmes du corps : **L'EAU** pour les fascias, le tissu conjonctif et le système lymphatique, **LA TERRE** pour les tissus et muscles profonds, **LE FEU** pour le système sanguin et relancer l'énergie vitale, et **L'AIR** grâce à la respiration guidée. Un soin pour réunifier l'ensemble du corps et faire le plein de vitalité !

OBJECTIFS

- Connaître les bases anatomiques du corps humain pour une pratique respectueuse ;
- Connaître la symbolique des éléments et leur interaction avec les différents systèmes du corps humain ;
- Connaître les bienfaits des techniques manuelles de soin utilisées ;
- Maîtriser les techniques manuelles et le protocole du massage ;
- Obtenir le certificat du protocole de massage (ne vaut pas agrément de l'Etat) ;

PUBLIC CONCERNÉS & PRÉ-REQUIS

- Spa praticien.ne – Esthéticien.ne – Intervenant en massages – Spa manager & Assistante
- Titulaire d'un diplôme esthétique-cosmétique et/ou d'une formation en soins corps

PROGRAMME

JOUR 1 : Maîtriser le protocole de massage

JOUR 1 : Maîtriser le protocole de massage	
MATIN : THÉORIE	APRES-MIDI : PRATIQUE - Face postérieure
1. Les bases anatomiques du corps humain <ul style="list-style-type: none">• Squelette• Système musculaire & Fascias• Systèmes : circulatoire, nerveux, digestif	2. Massage du dos <ul style="list-style-type: none">• <i>Démonstration</i>• <i>Cas pratique en binômes</i>
2. La symbolique des éléments et relation au corps humain	

<ul style="list-style-type: none"> • L'Eau / La Terre / Le Feu / L'Air <p>3. Les bienfaits des techniques manuelles</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les techniques respiratoires • Les techniques relaxantes • Les techniques drainantes • Les techniques musculaires • Les techniques circulatoires • Les techniques Lemniscate <p style="text-align: center;">PRATIQUE - Face postérieure</p> <p>1. Rituel de début de soin</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Démonstration</i> • <i>Cas pratique en binômes</i> 	
JOUR 2 : Maîtriser le protocole de massage	
<p>MATIN : PRATIQUE - Face postérieure suite</p> <p>3. Massage des jambes postérieures</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Démonstration</i> • <i>Cas pratique en binômes</i> 	<p>APRES-MIDI : PRATIQUE - Face antérieure</p> <p>4. Massage des jambes antérieures</p> <p>5. Massage des bras</p> <p>6. Massage de l'abdomen</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Démonstration</i> • <i>Cas pratique en binômes</i>
JOUR 3 : Maîtriser le protocole de massage	
<p>MATIN : PRATIQUE - Face antérieure</p> <p>7. Massage décolleté & nuque</p> <p>8. Massage Visage & Crânien</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Démonstration</i> • <i>Cas pratique en binômes</i> 	<p>APRES-MIDI : EVALUATION</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quiz QCM • Evaluation pratique du protocole sur binômes • Bilan de la formation

DÉMARCHÉ PÉDAGOGIQUE

- **Formation en présentiel**
- Connaissances théoriques : livret de formation remis à chaque participant
- Protocole de massage : livret schématisé remis à chaque participant
- Démonstrations pratiques effectuées par l'intervenante
- Exercices de mise en pratique individuels, en binômes ou en groupe

ÉVALUATION & VALIDATION DE LA FORMATION

- Évaluation de progression par QCM
- Évaluation par le formateur lors des exercices pratiques et lors de l'évaluation finale
- Questionnaire de satisfaction
- Certificat de réalisation de formation remis au stagiaire
- Certificat du protocole de massage après validation de l'évaluation remis au stagiaire (ne vaut pas agrément de l'Etat)
- Fiche de présence émargée

MODALITÉS

- **Durée de la formation :** 3 jours
21 heures au total à raison de 7h par jour
- **Effectif :** Inter-entreprise : 4 à 6 personnes
Intra-entreprise : 2 à 6 personnes
- **Langue d'enseignement :** Français
- **Dates :** voir calendrier formation ou à définir, délai d'accès sous 1 mois maximum
- **Horaires :** 9H – 17H (déjeuner 1H)
- **Lieu de formation :** en intra dans vos locaux, en inter dans les centres de formations
- **Accessibilité :** la formation peut être organisée dans une salle accessible aux personnes à mobilité réduite. Le contenu, la durée et le rythme de la formation peuvent être adaptés à certaines situation de handicap. Nous consulter.
- **Matériel à fournir :** serviettes et plaid, huile de massage

TARIFS & CONDITIONS

- **Tarif :** Inter-entreprise : 780 € nets par stagiaire
Intra-entreprise : Merci de nous consulter pour élaboration du devis sur-mesure
- **Conditions :** pour les sessions inter-entreprises organisées par KAMALA SPA, un minimum de 4 participants est requis pour confirmer la formation. Le cas échéant, la session sera annulée, report éventuel.

LA FORMATRICE

Vanessa PAUMIER – Fondatrice & Formatrice KAMALA SPA

Diplômée d'un CAP Esthétique-Cosmétique depuis 2001 et d'un BTS Esthétique-Cosmétique depuis 2007, Vanessa est riche de plus de 20 ans passés dans l'univers du bien-être dont 10 ans en tant que Spa Manager & Praticienne en hôtellerie de luxe et Palaces en France et à l'international. Elle a également enseigné en qualité de Professeure esthétique du niveau Bac Pro au BTS et s'est formée à la pratique de la méditation de pleine conscience. Désormais, elle crée et délivre des formations innovantes, exclusives et de qualité aux professionnels du bien-être en y infusant toute sa passion, son expertise, sa rigueur, sa pédagogie et sa bienveillance.

INFORMATIONS & INSCRIPTIONS

Vanessa Paumier :

+33 (0)6 45 02 00 76 / contact@kamalaspaspa-formation.com / www.kamalaspaspa-formation.com

