

Programme de formation détaillé MASSAGE JAMBES LEGERES Durée : 2 jours

1^{er} JOUR

1. Historique
2. Principes et bienfaits
3. Contre indications
4. Notions en sciences biologiques : composition de la lymphe, cartographie des ganglions, canaux lymphatiques, trajet de la lymphe
5. Différence entre appareil lymphatique et appareil circulatoire
6. Echauffements et assouplissements
7. Apprentissage des techniques
8. Lissages
9. Pressions
10. Pompage des ganglions
11. Entraînement sur modèles
11. Etirements

2^{ème} JOUR

1. Rappels des notions vues en Jour 1
2. Echauffements et assouplissements
3. Entraînement complet sur l'ensemble des techniques
4. Etirements
5. Synthèse

OBJECTIFS :

- Connaître le circuit lymphatique
- Différencier l'appareil lymphatique et circulatoire
- Maîtriser les techniques de pression, lissage et pompage
- Être capable de donner une séance de modelage sur les jambes favorisant la circulation 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 (à partir de) :

250 € 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