

1^{er} JOUR

1. Présentation générale
2. Étude des planches anatomiques osseuses et musculaires des membres supérieurs
3. Sur le corps, membres supérieurs :
 - Localiser les os
 - Localiser les muscles
 - Repérer les différentes tensions
 - Techniques de décontraction sur les membres supérieurs
4. Démonstration, entraînement.

2^{ème} JOUR

1. Rappels des notions vues en Jour 1
2. Sur le corps, membres inférieurs :
 - Localiser les os
 - Localiser les muscles
 - Repérer les différentes tensions
 - Techniques de décontraction sur les membres inférieurs
3. Démonstration, entraînement.

3^{ème} JOUR

1. Rappel des notions vues en Jour 2
2. Étude des planches anatomiques des articulations
3. Sur le corps :
 - Localiser les articulations
 - Repérer les différentes tensions au niveau des articulations
 - Techniques de décontraction sur les articulations
4. Étude des planches anatomiques osseuses et musculaires du dos
5. Sur le corps :
 - Localiser les os et muscles du dos
 - Repérer les différentes tensions du dos
 - Techniques de décontraction du dos
6. Démonstration, entraînement.
7. Synthèse

OBJECTIFS :

- Savoir localiser les muscles et les os.
- Etre capable de repérer les tensions et les soulager.
- Etre capable de réaliser un protocole complet en maîtrisant les gestes et les postures.

NATURE DE LA FORMATION :

Adaptation et développement des compétences.

PUBLIC :

Professionnels du modelage souhaitant faire évoluer leurs compétences

PRE-REQUIS :

Aucun

EFFECTIF :

Groupe de 8 personnes maxi

DATES, HORAIRES ET LIEU :

selon planning

DUREE :

24 heures (3 jours x 8 h)

TARIF (à partir de) :

210 € 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 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