

Pré-requis : Tout public.

Public visé : Esthéticiennes, salariées ou indépendantes, qui souhaitent acquérir une certification complémentaire.

Spécialité de la formation : 336 - Coiffure, esthétique et autres spécialités de services aux personnes

Format : Présentiel



TARIFS

700€ HT

ACOMPTE (20%)

140,00€ HT



DURÉE

14h00



Accessible pour les personnes en situation de handicap

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Évaluation par le formateur à partir :

- d'un entretien individualisé réalisé préalablement à l'entrée en formation,
- d'un questionnaire à chaud en fin de formation
- d'un questionnaire à 3 mois après formation

Attestation de formation : l'apprenant obtient une attestation de formation.

MATÉRIEL À FOURNIR

- Aucun

MATÉRIEL FOURNI PAR LE CENTRE

- Tout le matériel nécessaire à la formation

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage deep tissue

Maîtriser les indications et contre indications du massage

Principes, différentes techniques de base et déclinaisons

Apprendre à disperser les tensions musculaires et à les éliminer et favoriser la circulation sanguine

Les zones massées: repérages anatomiques des différentes structures et mobilisations

Connaître la différence entre le massage sportif et le deep tissue ;

Adapter la fluidité, la posture à la morphologie du massé

Être capable d'apporter un massage complet qui englobe une relaxation globale du corps et de l'esprit

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES UTILISÉES

- Cette formation s'organise autour de différents ateliers interactifs de mise en pratique de diverses réalisations afin d'amorcer différentes problématiques techniques et d'approfondir le maximum d'explications dans la réflexion et dans les résolutions et réalisations des cas techniques

- Un travail d'analyse théorique et pratique à travers les différentes approches en consultation et diagnostics

- Un travail de recherche et mise en valeur des techniques réalisées

- Des ateliers pratiques qui permettent d'enrichir sa créativité et sa sensibilité à l'esthétique

- La mise en place d'un service personnalisé de chaque stagiaire doit lui permettre à l'issue de formation :

D'évaluer sa propre progression

De lister les nouvelles compétences qu'il a obtenu de chaque enseignement, par le processus de consolidation et d'approfondissement de son savoir-faire

- Les objectifs d'acquisition et d'application sont rappelés à chaque étape

- Exposé, travail de groupe, ateliers techniques et mise en pratique sur modèles

MODALITÉS DE SUIVI ET D'EXÉCUTION DE LA FORMATION

Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation

Feuilles de présence

Questions orales ou écrites (QCM)

Formulaires d'évaluation de la formation

Remise du livret et de brochures

Explication sur vidéo-projecteur et Paper Board

Dossiers pédagogiques, cahier technique

Outils professionnels de la formation

La visite d'un coach dans le mois qui suit la formation aura lieu afin de garantir un suivi et d'évaluer les compétences acquises

MOYEN D'ENCADREMENT

Sarah SEMIGLIA

Diplômée en BTS Esthétique. 7 ans d'expériences

Pré-requis : Tout public.

Public visé : Esthéticiennes, salariées ou indépendantes, qui souhaitent acquérir une certification complémentaire.

Spécialité de la formation : 336 - Coiffure, esthétique et autres spécialités de services aux personnes

Format : Présentiel



TARIFS

700€ HT

ACOMPTE (20%)

140,00€ HT



DURÉE

14h00



Accessible pour les personnes en situation de handicap

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Évaluation par le formateur à partir :

- d'un entretien individualisé réalisé préalablement à l'entrée en formation,
- d'un questionnaire à chaud en fin de formation
- d'un questionnaire à 3 mois après formation

Attestation de formation : l'apprenant obtient une attestation de formation.

MATÉRIEL À FOURNIR

- Aucun

MATÉRIEL FOURNI PAR LE CENTRE

- Tout le matériel nécessaire à la formation

PROGRAMME DÉTAILLÉ DE LA FORMATION

PREMIÈRE JOURNÉE

Accueil des participants

Les indications et contre indications du massage deep tissue

Voir l'anatomie travaillé pour le massage

Théorie : Les axes sur la détente de la fibre musculaire et la détoxification des tissus

PAUSE DÉJEUNER

FACE ANTÉRIEURE PARTIE 1

Apprentissage des manœuvres de la face antérieure des bras et des jambes partie 1

Apprentissage des manœuvres de la face antérieure des jambes partie 2

Réunification des manœuvres de la face antérieure partie 1 et 2

Démonstration par la formatrice

Pratique des stagiaires en binôme

Questions/réponses sur l'intégration des manœuvres

DEUXIÈME JOURNÉE

Révision des manœuvres de la veille et bilan de leurs intégrations

Posturologie : La position latérale

Apprentissage des manœuvres de la face latérale : dos, bassin

Apprentissage des manœuvres de la face latérale : jambes et pieds

Réunification des manœuvres de la face latérale

Questions/réponses sur l'intégration des manœuvres

PAUSE DÉJEUNER

FACE LATÉRALE PARTIE 2

Apprentissage des manœuvres des jambes

Apprentissage des manœuvres du ventre et du buste partie 1

Apprentissage des manœuvres du ventre et du buste partie 2

Apprentissage des manœuvres du visage et cuir chevelu

Réunification des manœuvres de la face antérieure partie 2

Filage complet du protocole du massage deep tissue

Questions/réponses sur l'intégration du protocole complet

SYNTHÈSE

Commentaires de groupe sur les résultats et les modalités de réalisations, les contraintes rencontrées

Échanges d'expérience et ressentis

Auto-évaluation : les objectifs d'application de la journée atteints et les progressions de chacun

Évaluation individuelle de chaque participant par le formateur

FIN DE STAGE

CONCLUSION

Questionnaire d'évaluation du stage à remplir par le stagiaire

Système d'évaluation à travers une fiche d'évaluation faite par le stagiaire et le formateur

Remise au stagiaire d'une attestation de fin de stage

Envoi au propriétaire du salon de coiffure (commanditaire) d'une attestation d'assiduité