

ÊTRE EN CAPACITÉ DE DISPENSER UN MASSAGE BRÉSILIEN

Mars 2021

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

Être en capacité de dispenser un protocole de massage brésilien en respectant les règles d'hygiène, de confort de votre cliente, en respectant également l'enchaînement des manœuvres et leurs bonnes exécutions et ceci afin de le proposer comme nouvelle prestation à sa clientèle.

PUBLIC CONCERNÉ

Esthéticiennes, praticiens du bien-être, reconversion professionnelle, particulier après entretien téléphonique.

PRÉ-REQUIS

Pas de pré-requis.

CATÉGORIE DE L'ACTION

Acquisition et/ou entretien des connaissances.

MOYENS-PÉDAGOGIQUES-RESSOURCES

Support de formation

Démonstration

Pratique sous forme de binôme

Tests

MOYENS TECHNIQUES

Matériel fourni : tables de massage, matelas chauffants, linge et huile

Paper board et ou vidéo projecteur pour la partie théorique

Travail sous forme de binôme

Séance d'analyse et de synthèse du travail effectué réalisé chaque jour

Réalisation d'un protocole complet par chaque apprenant en 2^{ème} partie de 2^{ème} journée.

MODALITÉS DE SUIVI DES APPRENANTS ET D'APPRÉCIATION DE LA FORMATION

Attestation de présence

Attestation d'assiduité

Attestation de fin de formation

Évaluation en fin de formation : chaque stagiaire sera évaluée sur la réalisation d'un massage brésilien dans son intégralité en respectant les règles d'hygiène, de confort de la cliente, l'enchaînement des manœuvres, leurs bonnes réalisations dans un temps donné, la posture de l'apprenant.

Évaluation en fin de formation de la satisfaction et des attentes possibles.

7 allée Océan et Forêt – Bâtiment A, 64600 Anglet

06.29.10.15.97 : **Isabelle**

06.16.33.84.04 : **Alexandra**

✉ formation.modelage.aquitaine@gmail.com

🌐 www.formation-massage-aquitaine.com

siret : 750 319 758 00017 • APE 8559A • RCS de Bayonne • N° formateur : 72 64 03333 64

INTERVENANTE

Alexandra FLORENCIO : Formatrice depuis 2006, diplômée d'un BTS d'esthétique, a eu également son propre institut de beauté comme chef d'entreprise. Alexandra a, par ailleurs, suivi des études en kinésiologie, médecine chinoise, réflexologie plantaire. Diplômée de la formation de formateur depuis septembre 2018.

INSCRIPTION & DÉLAIS D'ACCÈS

L'inscription se fait par mail/téléphone/site internet auprès d'Isabelle Danet et/ou Alexandra Florencio qui valident la faisabilité de la formation, notamment pour les particuliers.

Un programme et un devis sont envoyés. À l'issue de la validation du devis, la formation pourra être planifiée en fonction des contraintes de l'organisme collecteur leur afférent : de 1 à 15 jours.

DURÉE

Nombre d'heures 16 heures.

PARTICIPANTS

Par groupe de 8 (huit) maximum

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES : Formation accessible et pour toute adaptation, merci de revenir vers Isabelle Danet ou Alexandra Florencio.

PROGRAMME DÉTAILLÉ DE LA FORMATION : Massage BRÉSILIEN

1er JOUR :

09h30-10h00 **Présentation.**

10h30-12h30 **Théorie**

Historique

Qu'est-ce que le massage Brésilien ?

Comment se déroule une séance de massage Brésilien ?

Buts et objectifs

Bienfaits

Contre-indications

13h30-16h30 **Démonstration des premières manœuvres**

La cliente est allongée sur le ventre

Face dorsale :

Effleurage croisé : côté gauche puis côté droit

Les jambes :

- Crocheter muscles vers l'extérieur en alternant jambe gauche/jambe droite

7 allée Océan et Forêt – Bâtiment A, 64600 Anglet

06.29.10.15.97 : [Isabelle](#)

06.16.33.84.04 : [Alexandra](#)

✉ formation.modelage.aquitaine@gmail.com

🌐 www.formation-massage-aquitaine.com

siret : 750 319 758 00017 • APE 8559A • RCS de Bayonne • N° formateur : 72 64 03333 64

- Drainage avec base paume de mains

Jambe gauche

- Crocheter intérieur et extérieur jambe
- 8 fesses
- Pétrir le pied puis lisser mollet et cuisse avec avant-bras
- Va et vient avec pouces voûte plantaire
- Drainage mollet/cuisse avec base paume de main
- Va et vient avec paume de main voûte plantaire
- Effleurage jambe, redescendre en mouvement de « huit » rapide et recommencer 3 fois
- Plier la jambe : main en cuillère travailler le mollet
- Petit « 8 » sur mollet
- Mouvement circulaire avec base paume de main de part et d'autre du mollet
- Effleurage profond en même temps que l'on plie la jambe de la cliente
- Reposer jambe
- Va et vient alternés de toute la jambe
- Effleurage profond
- Idem deuxième jambe

16h30-18h30

Les jambes :

- Crocheter muscles vers l'extérieur en alternant jambe gauche/jambe droite
- Drainage avec base paume de mains

Les fesses :

- Main en cuillère pétrissage alterné

Dos :

- « Locomotive » bas du dos, remonter par les flancs, partir bras opposé
- Pétrissage flanc opposé avec base paume de main
- Pétrissage para vertébraux
- Pétrissage trapèzes avec doigts et paume de mains
- Étirements paravertébraux
- Pétrissage flanc main en prière, en mouvement de « 8 », avec base paume de main et main ouverte
- Mouvement croisé passer au deuxième côté
- Refaire à l'identique
- Remonter avec la base de la paume des mains sur les paravertébraux et se positionner à la tête
- Pétrir les trapèzes avec la base de la paume des mains
- Pétrir le pourtour de l'omoplate
- Effectuer une manœuvre en « 8 » autour des omoplates et sur les bras
- Effleurage des paravertébraux suivi d'un « 8 » lombaire remonter par les flancs
- Étirer le cou
- Pétrir le cou mains en, prières
- Effleurage complet du dos

7 allée Océan et Forêt – Bâtiment A, 64600 Anglet

06.29.10.15.97 : [Isabelle](mailto:isabelle@formation-massage-aquitaine.com)

06.16.33.84.04 : [Alexandra](mailto:alexandra@formation-massage-aquitaine.com)

✉ formation.modelage.aquitaine@gmail.com

🌐 www.formation-massage-aquitaine.com

siret : 750 319 758 00017 • APE 8559A • RCS de Bayonne • N° formateur : 72 64 03333 64

LA CLIENTE SE MET SUR LE CÔTÉ

- Remonter main en cuillère
- « 8 » fessier
- Pétrissage flanc, redescendre en effleurage
- Effleurage

2ième JOUR

09h30-10h30 Prise de note du travail effectué la veille

10h30-12h30 FACE AVANT

Effleurage croisé : côté gauche puis côté droit

Les jambes :

- Crocheter muscles vers l'extérieur en alternant jambe gauche/jambe droite
- Drainage avec base paume de main

Jambe gauche

- _Crocheter intérieur et extérieur jambe
- « 8 » extérieur cuisse
- Mobilisation articulation pied
- Va et vient avec avant-bras voûte plantaire remonter zone interne mollet plus cuisse
- Drainage mollet/cuisse avec base paume de main
- Mouvement circulaire malléole ensemble puis alterné
- Losange mollet, va et vient genou, drainer cuisse
- Lissage dessus pied
- Effleurage profond jambe
- Idem deuxième jambe

Nuque

- Envelopper épaule, trapèze, nuque et agrandir le mouvement progressivement sur le bras
- Idem 2^{ème} côté
- Pétrir trapèzes avec la base de la paume de la main
- Idem avec doigts
- « 8 » épaule, « 8 » bras

Ventre

- Mouvement circulaire avec base paume de main
- Main en prière
- « 8 »
- Effleurage
- Losange ventre

POSITION ASSISE

- Pétrir trapèze
- Pétrir pourtour omoplate

7 allée Océan et Forêt – Bâtiment A, 64600 Anglet

06.29.10.15.97 : **Isabelle**

06.16.33.84.04 : **Alexandra**

✉ formation.modelage.aquitaine@gmail.com

🌐 www.formation-massage-aquitaine.com

siret : 750 319 758 00017 • APE 8559A • RCS de Bayonne • N° formateur : 72 64 03333 64

13h30-14h30	Prise de note et analyse du travail effectué
14h30-16h15	Un 1er groupe effectue un modelage complet en condition
16h15-17h45	Inversement des groupes
17h45-18h00	Indications Orales
18h00-18h30	Remise d'une attestation de formation au Massage Brésilien

7 allée Océan et Forêt – Bâtiment A, 64600 Anglet

06.29.10.15.97 : **Isabelle**

06.16.33.84.04 : **Alexandra**

✉ formation.modelage.aquitaine@gmail.com

🌐 www.formation-massage-aquitaine.com

siret : 750 319 758 00017 • APE 8559A • RCS de Bayonne • N° formateur : 72 64 03333 64