

### **OBJECTIFS OPÉRATIONNELS**

Être en capacité de dispenser un protocole de massage Indien Marma 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<sup>ème</sup> partie de 2<sup>ème</sup> 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 Indien Marma 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

## **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 DETAILLE DE LA FORMATION : Massage Indien Marma**

### **1er JOUR :**

**09h30-10h00**            **Présentation du groupe**

**10h30-12h30**           **Théorie**

- Histoire du modelage Indien Marmas
- Les points Marmas
- Les doshas
- Comment se déroule une séance de massage Indien Marmas
- Indications et Contre-indications

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

**Fessier et hanches :**

- Tapotements
- Staccato
- Pétrissages
- Secouer

**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](mailto:formation.modelage.aquitaine@gmail.com)

🌐 [www.formation-massage-aquitaine.com](http://www.formation-massage-aquitaine.com)

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

-Localisation et stimulation des points Marmas manuellement en appliquant de l'huile sur chaque point et en effectuant des mouvements circulaires

-Frictionner

-Presser

**Première jambe :**

Tapotements

-Staccato

-Pétrissages

- Secouer

- Localisation et stimulation des points Marmas manuellement en appliquant de l'huile sur chaque point et en effectuant des mouvements circulaires

- Frictionner

- Presser

**Premier pied :**

-Masser le pied et les orteils

-Points Marmas

-Frictions

-Presser

Mise en pratique : les participants travaillent 2 par 2

16h30 18h : changement de groupe, les praticiens deviennent receveurs et les receveurs deviennent praticiens, apprentissage des mêmes manœuvres.

**2ème JOUR :**

**9h30-11h00**

**Démonstration des manœuvres suivantes.**

**Ventre :**

-Poser la main

-Effectuer un mouvement circulaire

-Points Marmas

-Massage du ventre

**Première jambe et pied :**

-Tapotements

-Staccato

-Pétrissages

- Secouer

- Localisation et stimulation des points Marmas manuellement en appliquant de l'huile sur chaque point et en effectuant des mouvements circulaires

- Frictionner

- Presser

Un premier groupe met en pratique.

**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](mailto:formation.modelage.aquitaine@gmail.com)

🌐 [www.formation-massage-aquitaine.com](http://www.formation-massage-aquitaine.com)

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

**11h00-12h30**            **Démonstration des mêmes manœuvres au second groupe et des manœuvres suivantes :**

**Buste et poitrine :**

- Tapotements
- Staccato
- Pétrissages
- Secouer
- Localisation et stimulation des points Marmas manuellement en appliquant de l'huile sur chaque point et en effectuant des mouvements circulaires
- Frictionner
- Presser

**Premier bras et main :**

- Tapotements
- Pétrissages
- Secouer
- Masser la main
- Localisation et stimulation des points Marmas manuellement en appliquant de l'huile sur chaque point et en effectuant des mouvements circulaires
- Frictionner
- Presser

**Tête et visage :**

- Massage du visage
- Tapotements
- Massage des oreilles
- Points Marmas
- Presser

**Tête et crâne :**

- Poser les mains
- Points Marmas
- Passer éventuellement sur les cheveux

Les receveurs deviennent praticiens.

**13h30-15h00**            Prise de notes et synthèse du travail effectué.

**15h00-16h30**            Un groupe effectue un modelage complet tandis que les autres servent de modèle.

**16h30-18h00**            Le groupe qui était modèle effectue un protocole complet.

**18h00-18h30**            **Remise des attestations de formation au Massage Indien Marma**

**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*