

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

Être en capacité de dispenser un protocole de massage Suédois 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 Suédois 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 Suédois

1er JOUR :

09h30-10h00 Présentation du groupe

10h30-12h30 Théorie

- Origine du modelage Suédois
- Durée
- Prix
- Indications et Contre-indications

13h30-16h30 Démonstration des premières manœuvres

FACE DORSALE

Jambes

- Effleurages
- Effleurages en alternance
- Effleurages en tissage
- Effleurage avec la paume
- Foulage avec les pouces

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

- Pétrissages croise
- Pétrissages avec les poings
- Pétrissages en « S »
- Drainage glissé
- Drainages superposés
- Drainages profonds
- Oscillements
- Pincer rouler
- L'ourlet
- Pincer pousser
- Hachures
- Martèlements

Pied

- Effleurage du talon
- Pression du talon
- Poing pressions
- Drainage du pied

Dos

- Effleurages simultanés
- Effleurages alternés
- Effleurages en tissages
- Foulages
- Foulages précis
- Frictions
- Malaxages
- Effleurages trapèzes et cou
- Mouvements circulaires cou
- Pincer rouler paravertébraux
- Drainages en talonnade
- Drainage ouvert
- Drainage avec l'avant-bras
- Effleurage final

2ème JOUR :

09h30-11h00 Démonstration des manœuvres suivantes.

FACE VENTRALE

Jambes

- Effleurages
- Effleurages en alternance
- Effleurages en tissage
- Effleurage avec la paume

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

- Foulage avec les pouces
- Pétrissages croise
- Pétrissages avec les poings
- Pétrissages en « S »
- Drainage glissé
- Drainages superposés
- Drainages profonds
- Oscillements
- Pincer rouler
- L'ourlet
- Pincer pousser
- Hachures
- Martèlements

Pieds

- Mouvements circulaires autour des malléoles
- Lissage du dessus du pied

Ventre

- Ponçage côlons
- Vague ventre
- Modelage ventre
- Ouverture de la cage thoracique

Bras & mains

- Effleurage
- Foulage
- Pétrissages
- Drainages

Visage

- Effleurage décolleté
- Effleurage trapèzes
- Lissage du front
- Mouvements circulaires sur les tempes

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 modèles. |
| 16h30-18h00 | Le groupe qui était modèle effectue un protocole complet. |
| 18h00-18h30 | Remise des attestations de formation au Massage Suédois |

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