

Formation Massage aux pierres chaudes



Objectifs de la formation

- | | | |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Comprendre les bienfaits physiques, mentaux et énergétiques du massage. • Apprendre les techniques de base : placement, glissement, pressions. | <ul style="list-style-type: none"> • Pratiquer de façon sûre et efficace en maîtrisant la chaleur des pierres. • Connaître les indications et contre-indications pour la sécurité de la cliente. | <ul style="list-style-type: none"> • Maîtriser le protocole technique complet. • Personnaliser chaque séance dans un cadre professionnel et apaisant. |
|---|--|---|

- **Déroulement de la formation** : La formation se déroule sur 1 jour, soit 7 h de formation.
- **Prérequis** : Débutants et professionnels du bien-être, avec adaptation possible en cas de handicap
- **Inscription** : Signature du contrat de formation.
- **Accessibilité** : L'établissement est accessible aux personnes en situation de handicap. Les conditions d'accueil seront évaluées après entretien avec le référent handicap.

Remarques : Le CATEC se réserve le droit de reporter ou d'annuler la formation si le nombre de participants requis n'est pas atteint. Dans ce cas, une autre date de formation ou un remboursement vous seront proposés.

- **Dates de session** : Nous contacter
- **Supports pédagogiques** : Le programme de formation inclut un manuel détaillé et le matériel mis à disposition (pierres, chauffe-pierres, huiles). Démonstrations par la formatrice, pratique en binôme et prestation complète évaluée en fin de journée.
- **Qualités requises** : Douceur et précision du geste
- Vigilance sur la sécurité et la chaleur
- Rigueur et respect des normes d'hygiène
- Patience et capacité d'adaptation
- Bon relationnel et sens du service client
- **Tarifs** : 350 € (acompte de 70 € à l'issue du délai de rétractation de 10 jours)

Programme

Matin :

9 h - 10 h 30

- Accueil, présentation de la formation.
- Le cadre du métier : massage de bien-être et soins esthétiques.
- Origine, principe et bienfaits physiques, mentaux et énergétiques.
- Pierres, chauffe-pierres et matériel.
- Les températures, leur contrôle et la prévention des brûlures.
- Indications et contre-indications, pour la sécurité et le confort de la cliente.
- Hygiène, tenue et posture de la praticienne.

Après-midi :

13 h - 14 h 30

- Accueil de la cliente et fiche cliente.
- Le placement des pierres : zones, tailles des pierres et protections à prévoir.
- Gestion des draps et respect de la pudeur.
- Démonstration du protocole de la face arrière : jambes et dos.
- Pratique supervisée de la face arrière en binôme.
- Retour et conseils personnalisés pour affiner les gestes.

10 h 30 - 12 h

- Préparation de la cabine et du linge.
- Chauffe des pierres et contrôle de chaque pierre sur l'avant-bras.
- Démonstration des gestes de base à la main.
- Effleurages, pétrissages, pressions et lissages : pratique en binôme.
- Premiers glissements avec les pierres huilées.
- Correction des gestes et adaptation de la pression.

14 h 30 - 15 h 30

- Le retournement de la cliente. Démonstration puis pratique de la face avant : jambes, pieds, bras, mains, décolleté, nuque.
- Visage avec pierres froides. Enchaînement du protocole complet.
- Nettoyage, désinfection et entretien des pierres et de l'appareil.

Fin de journée :

15 h 30 - 16 h 15

- Préparation de l'espace de massage.
- Matériel, pierres, huiles et ambiance.
- Présentation du déroulé de la séance complète.
- Réalisation d'un modelage complet.
- Respect du protocole enseigné.
- Pratique supervisée : chaque participant réalise une séance complète.
- Retour et conseils personnalisés.
- Affiner les techniques avant l'évaluation finale.

16 h 15 - 17 h

- Évaluation finale : derniers ajustements techniques et théoriques.
- Discussion ouverte sur les acquis et les points à clarifier.
- Réalisation d'une prestation complète évaluée par la formatrice.
- Retour individuel sur les prestations.
- Remise de l'attestation individuelle de suivi.
- Attestation de formation si les compétences sont validées.

Après la formation : Insertion professionnelle : à l'issue de la formation, les participants disposent des compétences requises pour évoluer dans le secteur du bien-être et du massage, en spa, en centre de bien-être, en hôtel ou en indépendant.