



MODELAGE DEEP FLOW – Niveau 1 6 jours

Public : esthéticiennes ; chefs d'entreprises ou salariés, praticien en massage bien-être

Le modelage « Deep Flow » (littéralement “fluidité en profondeur”) est une approche novatrice basée sur l’alignement postural et le ‘Deep Tissue’, qui approfondie et équilibre l’alignement structurel, émotionnel, et énergétique de chacun.

Cette méthode permet, au cours d'un suivi de séance de votre client, un rééquilibrage des axes du corps et un accompagnement dans la prise en compte des systèmes de tensions. La mobilisation des articulations rééduque les schémas de mouvements tout en libérant, déliant et ravivant le flux d'énergie du corps.

Objectifs de la formation :

- Travailler les schémas de tension importants en tenant compte du déséquilibre structurel.
- Développer la sensibilité du toucher.
- Avoir une compréhension générale du système énergétique et du corps émotionnel en relation avec les techniques manuelles.
- Pouvoir détecter des schémas de respiration réduits et les approcher en conséquence
- Travailler avec une présence et écoute authentique et avec un style personnel.
- Développer des compétences ingénieuses et personnelles de communication
- S'approprier de bonnes techniques de mécanique de corps (ergonomie) afin d'assurer de la longévité dans la profession.
- Créer des séances uniques et rencontrant les besoins du clients à plusieurs niveaux et aidant à la fidélisation

1) Organisation de la formation :

Durée : 6 journées de 7 heures soit 42 heures

Horaires : 9h à 13h – 14h à 18h

Dates de la formation : nous consulter

2) Déroulement de la formation :

- Apports théoriques et pratiques.
- Remise d'un support de cours.
- Utilisation de vidéos, rétroprojecteur.
- Analyse des effets ressentis, étude de cas concrets.
- Travail en binôme, en alternance.
- Evaluation des acquis à la fin de la formation à l'écrit par réponses aux documents théoriques et lors d'une mise en situation de soin.
- Délivrance d'une attestation de formation.

3) Cout de la formation :

Formation complète : 6 jours

Coût : 1110 € en financement individuel

PROGRAMME COMPLET

1^{er} jour

Matin :

- Rencontre avec le groupe :
- Présentation des participants/Avez-vous un but en prenant le cours de DF ?

- Introduction : Qu'est-ce le "Deep Flow" ? Définition de "Deep" et "Flow" dans le contexte du Deep Flow
- Origine du Deep Flow
- L'ombrelle Deep Flow : Technique manuelle (tissus), Alignement (os), Présence (tout relié à la respiration et au système nerveux)
- Différence entre technique manuelle et massage
- Comment le Deep Flow prend soin et développe le praticien
- Le système nerveux
 - Exercice d'exploration
 - Les 4 coins/fascia : Lecture
 - Démonstration : Les 4 coins et la vague corporelle allongé sur le dos (décubitus dorsal)
 - Pratique/Echange

Après-midi

- La “danse du massage” et Deep flow
- La colonne vertébrale
- Les 4 coins (allongé sur le ventre) : Lecture
- Exercice d’observation et de palpation et pratique (Echange et observation de différents modèles)
- Les 4 coins (face ventrale) : Démonstration
- La vague de la colonne: Démonstration
- Pratique/Echange: tous ensembles

2^{ème} jour

Matin :

- Retour et Q/R en rapport avec module précédent
- Discussion : Qu’est-ce que la relaxation ?
- Lecture : Les 4 quadrants du dos, organisation du travail permettant de ne pas se perdre même sans protocole.
- Démonstration : Massage du dos en utilisant les 4 quadrants
- Echange/pratique/exercice de palpation

Après-midi :

- Ergonomie de corps : L’arc vertical
- Exercice en groupe de 3
- Lecture
- Que sont les adhérences, ou les nœuds dans la fascia ?
- Démonstration
 - Assis haut du dos/ de spécifique à très spécifique, acquérir la bonne profondeur
 - Echange/Pratique/exercice de palpation

3^{ème} jour

Matin :

- Retour et Q/R en rapport avec le module précédent
- Communication autour de la profondeur
- Eduquer le client, apprendre à recevoir
- La différence entre une tension primaire (la cause) et secondaire (effets)

Après-midi :

- Démonstration :
- Le bas du dos (lombaires) et la jambe (face dorsale)
- Il y a toujours une approche dominante
- Travailler avec différents outils
- Pratique/Echange :
 - Utiliser la communication
 - L'approche

4^{ème} jour

Matin :

- Développer notre présence
- L'image que nous projetons est en elle-même un outil :
- Exercices :
 - De assis à debout en respectant les principes d'alignements
 - De présence interne à présence envers l'autre
 - La respiration
- Démonstration/pratique/Echange
 - Draping : Utilisation du drap comme dans les spas nord-américains.
- Lecture : D'allonger sur le ventre à allongé sur le dos (transition)
- Démonstration : La jambe complète en position allongée sur le dos

Après-midi :

- Révision des principes de Deep Flow
- Lecture : Le haut du corps et le cou
- Démonstration :
 - Le haut du corps
 - La vague thoracique
 - Unir le haut du corps par un massage anatomique
 - Unir les 3 éléments de l'ombrelle Deep Flow : Pratique/Echange

5^{ème} jour

Matin :

- Retour et Q/R en rapport avec module précédent
- Qualité d'observation : Comment observer le client :
 - Exercice d'observation

- Travailler avec de la résistance
- Résistance musculaire consciente ou inconsciente
- Amener le client à relâcher

Après-midi :

- Les bras :
 - Bouger les bras correctement et dans l'alignement
 - Observer les endroits de résistance
- Démonstration
 - Créer de l'espace
 - Torsion du haut du corps
 - Ouverture du corps latéral
- Pratique/Echange

6^{ème} jour

Matin :

- Retour et Q/R en rapport avec module précédent
- Polarité
- Démonstration
 - Massage latéral
 - Le torse
 - Utiliser les techniques manuelles, l'alignement et la pleine conscience
 - Polarité

Après-midi :

- Comment se ressourcer /remotiver/ré-intéresser
- But et intention
 - Présentation orale des élèves Polarité
 - Présentation pratique des élèves
 - Conclusion du stage

DELIVRANCE D'UNE ATTESATION DE FORMATION

Suivre ce lien pour vous inscrire : <http://parisbeautyacademy.com/inscription-stage-esthetique/pages-toutes/formulaire-d-inscription-a-un-stage>