

MASSAGE SUEDOIS – 2 jours

Objectifs de la formation :

- Apprendre à masser et à être massé avec une technique professionnelle originale et structurée dans le but d'amener la personne à se détendre et qu'elle se sente mieux dans son schéma corporel.
- Favoriser la détente des muscles, le soulagement des tensions, drainer les toxines par des manœuvres toniques des tissus.
- Permettre de récupérer plus facilement grâce à une diminution de la fatigue et au drainage.

1) Organisation de la formation :

Durée: 2 journées sur une base de 8h par jour

Horaires : 9h à 13h - 14h à 18h

2) <u>Déroulement de la formation :</u>

- 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'un certificat de formation.

La pédagogie, basée sur des méthodes actives, requiert la participation complète et continue des stagiaires.

3) Coût de la formation :

Formation complète: 2 jours

Coût : 185 € par journée en financement individuel

Prise en charge par un organisme de financement, dans le cadre de la formation continue nous consulter : FAFCEA (chef d'entreprise, auto-entrepreneur) - DIF, Plan de formation (salarié)



PROGRAMME COMPLET

1er jour

Matin

Présentation du modelage suédois dans son intégralité par le formateur et son origine

Présentation rapide des modules d'apprentissage et de la méthode pédagogique

Bienfaits et contre-indications.

Les formules de ventes du soin possibles

Démarrage du soin par la face dorsale

Arrière des jambes

Technique de lissage global et sur la ligne médiane

Pétrissage des mollets et essuie-glace

Pétrissage en huit de la cuisse

Travail sur la plante des pieds et le talon d'Achille, par lissage avec le pouce Lissage global de la jambe puis des 2 jambes

Après-midi

Dos

Lissage en huit, friction transverse, pétrissage Friction douce du sacrum
Pressions rotations des lombes
Pressions rotations larges des dorsales
Peignage des espaces intercostaux
Pressions et rotations autour des omoplates
Pétrissage des trapèzes
Lisage du dos et des bras.

Démonstration détaillée et commentée Puis démonstration enchaînée

Face ventrale
Lissage des jambes
Lissage du pied
Lissage des orteils et des intervalles

Face avant jambe

Lissage en huit latéraux cheville et genoux Petits cerclages lignes intérieures et extérieur, tibia Lissage en huit Lissage du genou et des hanches en huit Globalisation de la jambe Lissage des deux jambes



2ème jour

Matin

Ventre et buste

Démonstration détaillée et commentée du formateur Pratique par les stagiaires Prise de contact Cercles digestifs Vagues et marquage de la taille Cerclage de la ligne sternale Ouverture sous les clavicules Croix au niveau du buste

Bras et main

Démonstration détaillée et commentée du formateur

Lissage des trapèzes et bras Pressions rotations paumes Lissage des paumes Etirement du bras et des flancs

Pratique par les stagiaires

Après-midi

Nuque et visage

Démonstration détaillée et commentée du formateur

Lisage de la nuque en alternance Shampoing Lissage du front Cerclage des tempes Lissage des pommettes et de la mâchoire inférieure Lisage globalisant

Révision des différentes techniques face ventrale et face dorsale, les mains la nuque et le visage

Répétition globale de la « chorégraphie » pour faciliter la mémorisation.

Puis révision de l'enchaînement complet jusqu'à parfaite maîtrise du protocole



Entraînement des stagiaires deux par deux

Travail sur l'enchaînement des manœuvres.

Révision de l'ensemble des manœuvres du modelage suédois et évaluation par le formateur

Evaluation:

Formative : par réponse aux documents écrit concernant la théorie et par Observation et correction du formateur pour la pratique.

Examen final de formation en situation de soin.

Suivez le lien pour vous inscrire
http://www.parisbeautyacademy.com/inscription-stage-esthetique/pages-toutes/formulaire-d-inscription-a-un-stage