Programme de formation

MASSAGE DU DOS " LE PILIER "

Le massage du Dos "Le Pilier " est un classique des massages à la Française. C'est un massage d'une durée de 45 min environ : Le dos est la zone du corps où on accumule le plus de tensions musculaires. Que ce soit à cause du stress ou d'une mauvaise posture, le mal de dos est un problème fréquent. Pour le soulager et évacuer les tensions du quotidien, rien de tel qu'un bon massage !

320,00 € Net de taxe	14 heures	Présentiel - Collectif	Certificat de fin de formation

Objectifs

Objectifs opérationnels / Compétences visées :
Pratiquer une séance de Massage du Dos " Le Pilier ".

Objectifs pédagogiques :
Maîtriser les postures, les gestes et les procédés du Massage du Dos " Le Pilier ".

Public concerné et prérequis

Professionnel de santé, de l'esthétique, de soins ou de la relation d'aide ; Toute personne désireuse de se former au Massage du Dos " Le Pilier".

Cette formation ne nécessite pas de prérequis pédagogique.
Posséder le matériel informatique nécessaire au téléchargement et si besoin l'impression des supports de cours.

Moyens pédagogiques et matériels

Démonstration séquence par séquence du protocole
Entraînement tour à tour par binôme pour chaque séquence
Révision et bilan après chaque séquence
Révision du protocole complet avant l'évaluation de fin de formation
Support de cours électronique / Synthèse de protocole
Paperboard et/ou Vidéoprojecteur
Tables de massage

Modalités d'évaluation des acquis

Questionnaire de positionnement pré-formation
Suivi pédagogique / Auto-évaluation stagiaire
Evaluation des compétences en fin de formation : Mise en situation
Evaluation de satisfaction de l'action de formation

Taux de satisfaction

En 2025 : 100 % des stagiaires recommandent les formations en Massage Bien-être
En 2025 : 100 % des stagiaires sont globalement satisfaits des formations en Massage Bien-être (dont 98 % Très satisfaits)

Taux de réussite

En 2025 : 100 % des stagiaires ont validé leurs compétences

Type d'Intervenant

Praticienne certifiée en Massage Bien-être

Effectif maximal

10 stagiaires

Délais d'accès à la formation

10 jours (Article L 6353-5 du Code du Travail)

Accessibilité personne en situation de handicap ou en cas de difficultés d'apprentissage

Pas d'accès PMR pour les formations en massage bien-être
Référente handicap : ROURE Elodie 04.76.22.80.43.

Matériel à prévoir

Huile neutre
2 grandes serviettes éponge
1 petite serviette éponge
1 grande polaire ou plaid
1 maillot de bain 2 pièces
1 peignoir

Afin de suivre la formation, merci de prévoir également le matériel suivant :

- ✓ Bloc-notes + stylo
- ✓ Bouteille d'eau marquée à votre nom
- ✓ 1 paquet de mouchoirs

Débouchés et + métier

Proposer à sa clientèle une séance de 45 minutes de Massage du Dos " Le Pilier" afin de rééquilibrer le corps et le mental en réduisant les tensions nerveuses et en favorisant le lâcher prise.

Programme

Historique du Massage du Dos "Le Pilier"
Indications et préventions (bienfaits et contre-indications)
Matériels et tenues
Ambiance et mise en place
Protocole détaillé séquence par séquence
Entraînement tour à tour par binôme