Programme de formation

Réaliser une prestation de massage corporel à visée Bien-Etre

2 100,00 € Net de taxe	105 heures	Présentiel - Collectif	À l'issue de la formation, les participants passent la certification professionnelle RS7531– Réaliser une prestation de massage corporel à visée Bien-Etre enregistrée au Répertoire Spécifique de France Compétences

Objectifs RS7531

Cette certification professionnelle RS7531 permet de :
Sélectionner un protocole de massage adapté à la demande du client .
Installer le client dans le respect du confort, de l'hygiène, de la sécurité et des éventuels handicaps .
Réaliser les 6 protocoles de massage bien-être .
Adapter sa pratique en fonction des besoins, réactions et situations rencontrées.
Prodiguer des conseils personnalisés et s'inscrire dans une démarche d'amélioration continue.

Public concerné et prérequis

Bénéficier d'une expérience professionnelle d'au moins 1 an dans le secteur du bien-être et/ou de la beauté
Pour les esthéticiennes : avoir un titre ne dépassant le niveau 3- CAP esthétique
Avoir un projet de prestation complémentaire avec la pratique du massage corporel à visée bien-être en vue d'élargir son offre de services et répondre aux demandes des clients.

Moyens pédagogiques et matériels

Alternance d'exposés suivis de questions/réponses et d'échanges avec les participants et de mises en situation
Démonstration séquence par séquence
Entraînement tour à tour par binôme pour chaque séquence
Support de cours numérique
Paperboard et/ou Vidéoprojecteur
Table de massage

Modalités d'accès et processus d'inscription :
Transmission par le candidat de son dossier de candidature (fiche de demande, CV et toutes les annexes demandés prouvant les prérequis attendus),
Analyse du dossier de candidature avec ses différentes pièces jointes afin de s'assurer de la validation des prérequis,
Prise en compte le cas échéant des situations de handicap en vue d'apporter des solutions d'aménagement,
Confirmation de l'inscription par mail au candidat.

Modalités d'évaluation des acquis

Mise en situation professionnelle de massage corporel à visée Bien-Être réalisé sur un modèle vivant (qui jouera le rôle du client), choisi parmi les autres candidats ou des modèles extérieurs issus du réseau de l'organisme évaluateur ou du candidat.
La mise en situation sera suivie d'un temps d'échanges avec le jury d'évaluation qui challengera le candidat sur sa pratique, sa connaissance des différents protocoles,

Type d'Intervenant

Praticien(ne) certifié(e) en Massage Bien-être

Effectif maximal

10 stagiaires

Délais d'accès à la formation

A tout moment

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

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
1 paire de tongs

Afin de vous sécuriser, merci de prévoir également le matériel suivant :

- ✓ Masques
- ✓ Désinfectant pour les mains
- ✓ Bloc-notes + stylo
- ✓ Bouteille d'eau marquée à votre nom
- ✓ 1 paquet de mouchoirs

sa relation client, la prise en compte lors de séance des situations de handicap éventuelles, et sa démarche d'amélioration continue.

Taux de satisfaction

En 2022 : 99 % des stagiaires recommandent les formations en Massage Bien-être
En 2022 : 99 % des stagiaires sont globalement satisfaits des formations en Massage Bien-être (dont 77 % Très satisfaits)

Taux de réussite

En 2022 : 99 % des stagiaires ont validé leurs compétences

Débouchés et + métier

Cette formation permet aux professionnels de la beauté et du bien-être de proposer une prestation complémentaire en massage corporel à visée bien-être, répondant à une évolution des demandes de leurs clients et enrichissant leur offre de services.

Programme

Module 1 – Analyse et choix du protocole (C1)Compréhension des attentes du client (fiche client, entretien).
Identification des besoins, contre-indications et préférences.
Critères de sélection du protocole (Californien, Suédois, Pierres Chaudes, Ayurvédique, Balinais, Lomi-Lomi).
Justification et cohérence du choix.

Module 2 – Préparation et installation du client (C2)Aménagement de l'espace de massage (lumière, température, musique, ambiance).
Règles d'hygiène et sécurité.
Techniques d'installation du client selon le protocole choisi.
Adaptations en cas de handicap.

Module 3 – Maîtrise des protocoles de massage (C3 à C8)Massage Californien (C3)
Massage Suédois (C4)
Massage aux Pierres Chaudes (C5)
Massage Ayurvédique (C6)
Massage Balinais (C7)
Massage Lomi-Lomi (C8)

Module 4 – Adaptation de la pratique (C9)Observation des réactions du client pendant la séance.
Ajustement de l'intensité, des gestes, de la durée.
Utilisation judicieuse du matériel (huiles, serviettes, accessoires).
Intégration des principes déontologiques, éthiques et de développement durable.

Module 5 – Suivi post-massage et amélioration continue (C10)Conduite de l'entretien post-massage (feedback client, ressenti).
Conseils personnalisés pour prolonger les effets.
Recueil et analyse de la satisfaction client.
Auto-évaluation et amélioration continue de la pratique.

Compétences attestées :
C1- Sélectionner le protocole de massage corporel à visée Bien être (massage suédois, californien, thaïlandais...) en fonction de la demande et des informations transmises par le client afin de s'assurer de la faisabilité de la séance.
C2- Installer le client sur la table ou la chaise de massage, en s'assurant de son confort et de la posture la plus cohérente par rapport au protocole qui sera suivi, en créant une ambiance propice à la relaxation (éclairage tamisé, température confortable, arômes apaisants), en respectant les règles d'hygiène et de sécurité et en tenant compte de sa situation éventuelle de handicap.
C3- Réaliser un massage bien-être Californien, en appliquant le protocole spécifique sur l'ensemble du corps, en enchaînant harmonieusement des mouvements amples, doux et enveloppants, en synchronisant le rythme des gestes avec la respiration, afin de favoriser une relaxation profonde.
C4- Réaliser un massage bien-être Suédois, en appliquant le protocole spécifique sur des zones corporelles cibles selon un schéma précis, en alternant pétrissages, frictions, percussions et pressions glissées, en modulant l'intensité et la durée des gestes, afin de favoriser la détente musculaire et une bonne circulation.
C5- Réaliser un massage bien-être aux Pierres Chaudes, en appliquant le protocole spécifique sur des zones corporelles cibles, en alternant l'utilisation de pierres basaltiques chauffées et de manœuvres manuelles, en contrôlant constamment la température et l'emplacement des pierres, afin de favoriser une sensation de chaleur enveloppante et une détente profonde.
C6- Réaliser un massage bien-être Ayurvédique, en appliquant le protocole spécifique sur l'ensemble du corps selon un enchainement symétrique, en appliquant des huiles végétales tièdes, en combinant des gestes rythmés, des pressions glissées et des mobilisations douces, afin de favoriser une détente globale et stimuler la vitalité.
C7- Réaliser un massage bien-être Balinais, en appliquant le protocole spécifique sur l'ensemble du corps, en alternant étirements doux et pressions, pétrissages, percussions et lissages rythmés et dynamiques, afin de stimuler l'énergie et de favoriser le relâchement musculaire.
C8- Réaliser un massage bien-être Lomi-Lomi, en appliquant le protocole spécifique des zones corporelles cibles notamment avec les avant-bras, en réalisant des mouvements amples, continus et enveloppants, et un effleurage en vagues, en synchronisant le rythme des gestes avec la respiration, afin d'induire un relâchement global et un effet de

bercement corporel.
C9- Adapter sa pratique et son approche tout au long de la séance de massage, en modulant les différents types de pression, de mouvements, d'enchaînements et de matériels utilisés (huiles, serviettes chaudes…) en fonction des besoins spécifiques, de la morphologie et du ressenti exprimé du client, et de ses réactions observées, dans le respect des principes déontologiques, éthiques et de développement durable, pour favoriser de façon responsable une détente et une relaxation optimales.
C10- Prodiguer des conseils personnalisés au client en fonction de ses ressentis et en vue de prolonger les effets du massage bien être réalisé, tout en s'en appuyant afin d'améliorer ses pratiques, dans une démarche de progrès continu.