

# Formation en massage bien-être

Stage d'initiation au massage (toute la partie postérieure) 3 jours

Stage de perfectionnement (corps complet) 2 jours

Venez acquérir une technique de massage complète que vous pourrez pratiquer avec aisance :

- pour le plaisir de votre entourage (famille, enfants, amis...)
- en complément de votre activité professionnelle.

## Présentation :

Le Massage Maori est un massage complet du corps à l'huile, basé sur un mélange de massage californien, suédois, thaï traditionnel et sportif. J'ai inclus dans cette formation quelques manœuvres de massage sportif et thaï avec travail sectoriel pour que les praticiens puissent travailler sur des personnes plus charpentées et musclées avec des manœuvres plus toniques et profondes.

## Finalité de la formation :

Acquérir la technique du Massage Maori, une gestuelle sans fatigue avec transfert du poids du corps, fluidité et rythme dans l'enchaînement des gestes.

Savoir donner une séance de 1H20 de massage, en maîtrisant ses postures et ses gestes.

## Déroulement de la formation :

Le bien-être du masseur : Chaque journée commence par un échauffement, une "mise en énergie", de sorte à se détendre, à se centrer et à se donner de l'énergie pour la journée.

La technique de transfert du poids du corps, pour masser sans fatigue et avec une grande fluidité les différentes parties du corps : le dos, les jambes, les bras, le ventre, la tête.

Les manœuvres reliant et unifiantes

Le «moulage» final dans la serviette

La construction d'un Massage Maori.

L'apprentissage pratique : La technique du massage Maori est montrée par petites séquences sur un participant. Les élèves travaillent ensuite 2 par 2, sous ma supervision attentive. Tour à tour chacun peut ainsi pratiquer les gestes en étant corrigé et aussi recevoir le massage, de sorte à bien comprendre le ressenti du point de vue du donneur et du receveur. Vous apprendrez à comprendre et à ressentir comment adapter la puissance de votre massage. Comment donner de l'harmonie et de la fluidité à votre massage.

## Les révisions :

Chaque matinée commence par une révision des gestes appris la veille pour être certain d'avoir intégré les bons gestes. Le dernier jour, une validation générale vous permet de donner et de recevoir une séance complète de massage Maori !

L'apprentissage théorique : Je vous expliquerai bien sûr en quoi consiste le massage Maori mais aussi les éléments essentiels à connaître pour : > profiter au mieux de cette formation, accueillir convenablement la personne qui recevra votre massage, avant et après la séance, ne pas commettre de fautes (les contre-indications au massage, l'aspect émotionnel...)

> préserver votre énergie au fil des séances.

### **Pré-requis (conseillé) :**

Séance de massage pré/post formation : 1H20 : -20% de remise : 68 euros au lieu de 85 euros.  
Avant et après votre formation en massage Maori, il est conseillé de recevoir une séance.  
Vous pourrez ainsi :  
> Ressentir vous-même les sensations du massage Maori pour mieux pratiquer vous-même.  
> Valider que c'est bien cette technique que vous souhaitez apprendre. Valider que les locaux et l'enseignant(e) vous conviennent.

### **Stage de perfectionnement :**

Ces deux journées de perfectionnement permettent :

- > D'approfondir les acquis pour être en mesure de réaliser une séance avec un travail plus fouillé sur le devant du corps
- > De corriger et compléter les gestes de base par des manœuvres plus élaborées, plus adaptées, libérant votre créativité
- > De réaliser et de recevoir un Massage Maori complet.

Le module de perfectionnement est réservé aux personnes ayant réalisé le module d'initiation.

### **Validation de la formation :**

Certificat de formation au massage : Le certificat de fin de formation engage la réputation du salon Maori massage.  
Il n'est donc délivré que si vous êtes jugé apte à donner une bonne séance de massage Maori.  
Si ce n'est pas encore le cas, vous pouvez retravailler personnellement et repasser la validation plus tard (68€)

### **Tarifs de formation :**

Stage d'initiation : 3 jours 390 euros  
Stage de perfectionnement : 4 jours 680 euros

### **Fournitures et matériel inclus :**

Tables de massages, serviettes, linges, huiles de massages  
(Pensez à prévoir des changes et des vêtements confortables...)

### **Lieu de formation :**

Salon Maori : 9 bis grande rue 25300 Doubs

### **Formateur :**

#### **Alexandre Tissot**

Praticien et formateur en massage bien-être diplômé de l'IFJS) école européenne du toucher massage de Joël Savatovski  
Spécialités : Massage sportif, Massage femme enceinte, Relaxinésie, Massage Assis, Réflexologie plantaire.  
Connaissance et Pratique de l'aromathérapie.  
Notion d'ostéopathie douce et d'anatomie.

