

# Annexe 1 : Programme de formation

## ***Intitulé de la formation : MASSAGE EXPANSE THERAPY***

### **DATE & LIEU :**

- Date : voir le catalogue de formations
- Lieu : selon les demandes

### **DUREE :**

#### **Durée de la formation :**

- 2 jours (17h00) : 9h00 à 12h – 13h à 18h00

#### **Durée du protocole :**

- 1h15

### **TARIFS :**

480 € TTC (Non soumis à la TVA)

### **PUBLIC CONCERNE**

- Tous publics (salarié, artisan, chef d'entreprise, etc)
- A partir de 18 ans
- Débutant accepté
- Sans qualification particulière

### **PREREQUIS**

- Aimer le contact et le massage
- Être dans un projet de Bien-être
- Avoir un bon relationnel avec les personnes

### **OBJECTIFS PEDAGOGIQUES & COMPETENCES VISEES**

- Savoir accueillir le client
- Maîtriser le protocole complet
- Savoir emmener le client dans un état de Bien-être
- Présentation du Massage et des précautions
- Présentation des huiles essentielles

### **OBJECTIFS A L'ISSUE DE LA FORMATION**

- Le stagiaire sera en capacité d'accueillir le client
- Maîtriser le protocole complet
- Être dans la bonne posture pour donner ce massage
- Savoir amener le client dans un état de Bien-être
- Il pourra compléter une activité existante, démarrer dans le milieu du Bien-être ou avoir une pratique à titre personnelle

### **MODALITES :**

- Formation en présentiel
- Action de formation

### **NOMBRE DE STAGIAIRES :**

Minimum 2 et maximum 6 apprenants

### **CONTENU DE LA FORMATION :**

#### **Jour 1 Pratique du Massage Expanse Therapy**

#### **Matinée :**

### **PARTIE THEORIQUE :**

9h-10h : Présentation du massage (remise du manuel, des fiches pratiques)

- Présentation de chaque participant et de la formatrice
- Présentation de la Fédération Massage des 5 Continents et de son créateur
- Présentation du Massage et des précautions d'usage
- Présentation des huiles essentielles
- Présentation des synergies utilisées : usage et contre-indications( roll-on, régénération))

**PARTIE PRATIQUE :**

10h – 12h30 : Apprentissage de la première partie du protocole avec la formatrice et support vidéo.

Pratique du massage en binôme

- Tête  
Les élèves pratiquent plusieurs fois en binômes

12h30 – 13h30 Pause repas

**Après-midi :**

13h30-15h30

Après avoir suivi appris les gestes avec le formateur, suivi de la vidéo et des fiches pratiques.

- Pratique du massage partie cœur-péricarde

Les élèves pratiquent plusieurs fois en binômes

Pause 15 minutes

15h45 17h45 :

Pratique tête et cœur-péricarde en révision

17h45-18h

Retour et débrief de la journée

Questions

**Jour 2 : Pratique du massage Expanse Therapy + évaluation finale**

**Matinée :**

**PARTIE PRATIQUE :**

9h00 – 12h30 Pratique du massage

- Partie ventre  
Après apprentissage avec la formatrice des gestes, plus suivi de la vidéo  
Pratique en binômes plusieurs fois  
Révision de tout le protocole complet tête, cœur, ventre avec les fiches et la musique

12h30 – 13h30 Pause repas

**Après-midi :**

13h30 – 15h00 : Révision en binômes

15h – 16h15 Examen final : réalisation du protocole entier en binôme avec la musique

16h15 – 16h30 Pause

16h30 – 17h45 Examen final : réalisation du protocole entier en binôme avec la musique (retour)

18h-18h30

- Retour et débrief de la journée
- Questions-réponses
- Remise des certificats

**ORGANISATION DE LA FORMATION :**

**EQUIPE PEDAGOGIQUE :**

LAURET FRANCOISE, formatrice en techniques Bien-être.

**MOYENS PEDAGOGIQUES et TECHNIQUES :**

- Accueil des stagiaires dans un lieu conforme dédié à la formation
- Collation du matin & après-midi
- Fournitures des supports de pédagogiques :
  - Livret de formation
  - Démonstration du protocole
  - Accès à la vidéo récapitulative de protocole
  - Accès groupe privé réservé aux praticiens
  - Suivi téléphonique après formation
- Matériels fournis :
  - Table de massage
  - Huile de massage
  - Gel hydroalcoolique

**MATERIEL A APPORTER :**

- Une tenue pratique et confortable pour le massage
- Une bouteille d'eau
- Un carnet + crayon
- Un repas léger pour midi

**SUIVI DE L'EXECUTION ET EVALUTATION DES RESULTATS :**

- Feuilles de présence
- Mise en situation : En fin de formation, chaque stagiaire donne et reçoit le protocole en entier, en un temps donné et mobilise ainsi la mémorisation de tous les apprentissages de la formation. (sous la supervision du formateur)
- Remise l'attestation de réalisation
- Questionnaires d'évaluations de la formation à chaud & à froid

**CONDITIONS D'INSCRIPTION :**

- L'inscription à la formation après le premier contact téléphonique au 06 92 66 61 91
- A la suite de celle-ci le client remplira un questionnaire pour vérifier son profil (prérequis) et ses attentes afin de pouvoir adapter la formation à ces besoins

**ACCESSIBILITE DES PERSONNES HANDICAPEES :**

- Oui
- Prise de contact pour évaluer les aménagements possibles au 06 92 66 61 91

**ACCES & DELAIS D'ACCES A LA FORMATION :**

- Le futur apprenant peut entrer à tout moment jusqu'à la veille de la formation