



OBJECTIFS

- Maîtriser les bases de l'anatomie cutané et musculaire
- Compréhension des principes du massage sportif
- Connaître les indications et contre-indications du massage
- Acquisition des techniques du massage sportif

COMPÉTENCES VISÉES

- Préparer son poste de travail pour la pratique du massage sportif
- Accueillir et prendre en charge un public de façon personnalisée et adaptée
- Connaître les caractéristiques et principes du massage sportif
- Appliquer des gestes et des manœuvres fondamentales
- Adapter sa posture pendant la pratique de cette prestation
- Respecter les règles d'hygiène et sécurité

Découverte du Kit de formation pour démarrage de l'activité

JOURNÉE PROFESSIONNELLE BLOOM

- GESTION FINANCIÈRE MASSAGE SPORTIF
- ANGLAIS PROFESSIONNEL MASSAGE SPORTIF
- COMMUNICATION RÉSEAUX SOCIAUX
- SHOOTING PRATIQUE/ CORPORATE

LE MASSAGE SPORTIF

 **DURÉE** **3 JOURS**

 **TARIFS** **1600€**

FINANCEMENTS

OPCO- FAFCEA ...
3X PAYPAL

NOM DES INTERVENANTS

Laura et Mathilde Professionnelles
Bien-être + Consultants Bloom Yourself

PUBLIC CIBLÉ

Tous publics – Adaptation possible selon les PSH

PRÉ-REQUIS

Compréhension du français
Projet professionnel en lien avec l'esthétique.

DÉLAIS D'ACCÈS

Selon le calendrier envoyé par mail

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Nous contacter
contact@elodiebloomyourself.com
06 42 39 85 72

CONTENU DE LA FORMATION

Connaissance de bases

- Présentation
- Historique du massage
- Étudier l'anatomie du corps humain
- Comprendre son corps
- Repérer quels sont les muscles massés

Règles et mise en œuvre

- Préparer son poste de travail (lits de massage, préparation et choix des huiles, éclairage...)
- Préparation du Modèle
- Appliquer le protocole des gestes et manœuvres fondamentales

Conditions de sécurité

- Adapter sa posture pendant la pratique du massage sportif
- Conditions d'environnement, pièce propre, calme et éclairage spécifique
- Comprendre les indications et contre-indications

LE MASSAGE SPORTIF

JOURNÉE BLOOM la réussite professionnelle

- Savoir gérer et rentabiliser sa prestation de formation
- Savoir expliquer et demander des informations (besoins et résultats souhaités , contre-indications , prochains rendez-vous...) à une clientèle anglophone
- Savoir communiquer et mettre en valeur sa prestation sur les réseaux sociaux, représenter son image professionnelle pour dompter les algorithmes et faire connaître son univers professionnel
- Savoir mettre en valeur son identité et sa pratique à travers un Shooting professionnel

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Formation au massage Sportif en petits groupes (4 pers. Maximum)
- Supports de cours illustrés remis en début de formation
- Supports visuels anatomique
- Le matériel est mis à disposition des stagiaires
- Entraînement en binômes, les stagiaires pratiquent entre eux/elles, afin de ressentir le massage que l'on réalise et corriger la gestuelle pour être le plus juste et précis possible
- Démonstration fluide, membres par membres
- Conseils personnalisés et corrections
- Pratique partielle / pratique complète

MODALITÉS D'ÉVALUATIONS

- Une mise en pratique du massage dans son intégralité dans de vraies conditions (hygiène, installation et prise en charge) sera réalisée pour chaque stagiaire. A l'issue de cette mise en situation, une grille d'auto-évaluation sera complétée permettant à chaque participant de mesurer la progression de ses acquis.
- Une attestation de fin de formation et un certificat de réalisation sont délivrés aux stagiaires ayant acquis les diverses techniques enseignées.

Taux de satisfaction : Nouveauté 2024
Taux de réussite : Nouveauté 2024

