

Formation Modelage Dos / Épaule / Nuque

Modelage Bien-être à but non-thérapeutique

Le dos est la partie du corps la plus soumise à de fortes et durables tensions tant physiques que psychologiques.

Ce modelage de 30 minutes permet de relâcher les tensions musculaires au niveau du Dos, de la Nuque et des Épaules en apportant une détente complète du Corps. Il permet d'évacuer l'accumulation de stress et de nervosité accumulée durant la journée, pour ressentir assez rapidement une relaxation totale. Ce Protocole de 30 minutes vous permettra de proposer un Modelage à petit prix, ciblé et très relaxant.

Cette formation permet aux praticiens débutants de prendre contact avec la pratique du Modelage sans entrer sur une formation longue et spécifique.

Public concerné

Esthéticiennes diplômées ou personnes intervenant sous le contrôle effectif de celles-ci.

Particuliers passionnés pour une formation à but personnel et de loisir.

Nature de l'action de Formation

Public professionnel :

Action d'acquisition, d'entretien et de perfectionnement.

Objectif

A l'issue du cours :

Les élèves formés (e)s doivent savoir donner une séance complète de Modelage Dos / Épaule / Nuque.

- Postures.
- Souffle.
- Gestuelle.

Pré-requis

Public Professionnel :

Statut d'esthéticiennes ou personnes intervenant sous le contrôle effectif de celles-ci.

Particuliers :

Aucun pré-requis car formation à but personnel et de loisir.

Moyens pédagogiques

Un support de cours est remis à chaque participant.

Prévoir de quoi prendre des notes.

Prévoir Une tenue confortable (jogging, pantalon thaï, chaussettes ou tongs d'intérieur), un drap housse 1 pers. et un drap de bain, un maillot de bain (deux pièces pour les femmes).

Organisation, durée formation

Les cours laissent une large place à la pratique.

Quelques points de théorie vous sont dispensés durant toute la formation (règles de sécurité, historique modelage, ...).

Durée de la formation : 7 h / 1 jour

Programme sur 1 jour

Déroulement de la formation :

« Modelage Dos , Épaule, Nuque » .

Bien-être de la personne effectuant le modelage :

Chaque journée commence par un échauffement dont le but réside dans le fait de se détendre et se donner de l'énergie pour pratiquer.

Enseignement pratique :

Les techniques sont montrées par petites séquences sur un participant.

Les élèves travaillent ensuite en binômes.

Tour à tour, chacun peut ainsi pratiquer les gestes en étant corrigé, et recevoir le modelage afin de bien comprendre les ressentis du point de vue donneur et receveur.

Les groupes sont composés de **8 personnes maximum**, ce qui permet à la formatrice d'être plus à l'écoute des élèves, et de vérifier parfaitement la gestuelle et les postures. Ceci facilitant aussi les échanges durant la formation.

Enseignement théorique :

Un peu de théorie afin de vous expliquer :

- L'histoire du modelage choisi.
- L'accueil de votre clientèle et la création d'un espace bien-être.
- Les règles de sécurité, d'hygiène ainsi que les contre indications du modelage.
- Comment préserver votre énergie lorsque vous donnez un modelage.
- Formation effectuée sur une journée, donc très axée sur la pratique du modelage.

Validation de la formation

La formatrice évalue chaque élève durant la journée de formation.

Sanction de la formation

A l'issue de la formation, l'organisme Absolu Zen délivre au stagiaire une « Attestation » de fin de formation.

Cette « Attestation » de fin de formation permet au stagiaire professionnel de capitaliser les résultats des formations suivies tout au long de sa vie.