

FORMATION ENVELOPPEMENT, MOBILISATION & ETIREMENT (dans le massage)

Durée :

3 jours / 21 h

Objectifs pédagogiques :

- Maitriser les mobilisations
- Ajuster le drap pour envelopper son client
- Utiliser son poids de corps pour mobiliser son client
- Développer un toucher juste avec le drap
- Intégrer dans un massage les techniques de mobilisation

Public :

Tout public

Contenu pédagogique :

Posture corporelle & massage

Adapter, régler et choisir son matériel de manière professionnelle.

Respecter les alignements articulaires.

Utiliser son poids de corps pour mobiliser sans effort

Développer sa puissance et un toucher juste

Notion de poids de corps.

Développer son ressenti pour masser en utilisant le drap.

Pré-requis :

Avoir une pratique du massage ou une pratique corporelle (évalué lors de l'inscription)

Massage

Intégrer l'écoute émotionnelle.

Adapter les techniques d'enveloppements avec différentes techniques de massage.

Sanction de formation:

Attestation de formation

Intervenant :

Alain GRANGER

Formateur en technique de massage depuis 2010

Démarche et méthodes pédagogiques :

- Démarche **active, centrée sur l'apprenant qui « agit »**.
- Méthodes :
 - **active**, fait appel à l'expérience et l'expérimentation, à la répétition, à la mise en pratique par les apprenants.
 - **participative**, basée sur le questionnement et les échanges des participants

Techniques et outils :

Alternance des techniques suivantes : brefs exposés, échanges, démonstration, mises en application...
Supports pédagogiques : Vidéo / support papier / livre spécifique

Modalités d'évaluation :

- En amont : évaluation du niveau des participants et recueil des attentes et besoins par un entretien
- Evaluation formative en cours de module : exercices - cas pratiques
- Evaluation des acquis : mise en situation, séance supervisée
- Evaluation de la satisfaction, à chaud