

MODELAGE SUEDOIS

14 heures

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES VISÉES

- Maîtriser le protocole complet du modelage Suédois
- Être capable reproduire les manœuvres enseignées et adopter les bonnes postures
- Parfaire ses connaissances en technique de modelage corps esthétique

PROGRAMME

Le massage Suédois est une technique de massage dynamique qui vise à dissoudre les tensions et à raffermir les muscles et les articulations. Son effet tonifiant et relaxant favorise la circulation sanguine, lymphatique et l'élimination des toxines. Il aide le corps à retrouver son équilibre naturel.

Jour 1 :

Matin :

- Accueil des stagiaires (tour de table)
- Présentation et bienfaits du modelage
- Indications et contre-indications (pour qui ce massage est destiné, les précautions à prendre)
- Matériel nécessaire pour la pratique
- Découverte des bonnes postures et du protocole
- Techniques manuelles utilisées (pétrissage, étirements musculaires, frictions, pressions pointées, manœuvres drainantes)

Après-midi :

- Révision du travail du matin
- Apprentissage en binôme des manœuvres sur le corps
- Conclusion de la première journée (tour de table avec prise en compte des questions et des commentaires des stagiaires)

JOUR 2

Matin :

- Echanges, questions / réponses sur la première journée
- Révision des techniques vues la veille- Poursuite de l'apprentissage en binôme

Après-midi :

- Pratique et réception du modelage complet – mise en situation
- Evaluation pratique / QCM
- Debriefing des deux jours

MATÉRIEL ET MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Travail théorique sur support pédagogique papier remis au stagiaire
- Exercice sur modèle (travail de réception et de pratique en binôme)
- Test de connaissances QCM et évaluation par la formatrice sur la mise en situation sur modèle

Matériel nécessaires (à fournir par le stagiaire) : Grande serviette x1 / petites serviettes x2 / un plaid – Huile et table de modelage fournis par le centre de formation

FORMATRICE

Pour plus d'information sur le profil du formateur, contacter le Pôle Formation Continue

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Evaluation des acquis par la formatrice (tour de table et mise en situation)

Evaluation sur modèles

Evaluation de satisfaction

ACCESSIBILITÉ

Locaux accessibles aux personnes en situation de handicap.

Le service formation vous orientera si nécessaire vers le référent handicap dédié afin d'envisager vos éventuels besoins spécifiques :

Amélie RODET 04 26 46 11 05

Mise à jour le 14/03/2024

LES +

- Échanges avec les autres stagiaires
- Un effectif limité à 8 stagiaires pour un meilleur suivi
- Taux de satisfaction : [détail sur le site internet](#)

PUBLIC

- Chef d'entreprise
- Conjoint
- Salarié

PRÉREQUIS

Aucun

LIEU

CMA Loire Saint-Etienne

DATES / HORAIRES:

Le 14 et 15 octobre 2024

De 8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h30

TARIF

560 € nets de taxe

Prise en charge possible selon votre statut (artisan, salarié, conjoint).

DÉLAI D'ACCÈS

Si le seuil de 5 stagiaires est atteint

Inscription possible jusqu'à 7 jours de la date de session selon disponibilités.

CONTACT

Service formation

04 26 03 06 68

04 77 92 38 00

formation.loire@cma-auvergnhonealpes.fr

Siret : 130 027 956 00015

Enregistré sous le numéro 84691788769.

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.