

MODELAGE STRETCH BODY

14 heures

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES VISÉES

- Maîtriser le protocole complet du modelage Stretch body
- Parfaire ses connaissances en technique de modelage corps esthétique.
- Être capable reproduire les manœuvres enseignées

PROGRAMME

Le Stretch-Body est un massage principalement d'étirement, de décontraction musculaires, avec quelques manœuvres de relaxation. Il a pour but de conserver une certaine mobilité articulaire et/ou de l'améliorer. Il libère en douceur le corps de ses tensions, de ses raideurs et de ses douleurs. Il contribue à l'amplification de la respiration, et active la circulation du sang et de l'énergie vitale. Le Stretch-Body est l'art d'étirer votre corps, vos muscles et vos articulations. Autrement dit, le Stretch-Body est le meilleur allié de votre corps.

Jour 1 :

Matin :

- Présentation et bienfaits du modelage
- Indications et contre-indications (pour qui ce massage est destiné, les précautions à prendre)
- Découverte des bonnes postures et du protocole
- Techniques manuelles utilisés

Après-midi :

- Apprentissage du déroulement d'une séance.
- Protocole reçu par le stagiaire
- Debriefing : questions/réponses

JOUR 2

Matin :

- Echange, questions/réponses sur la première journée
- Révision des techniques

Après-midi :

- Pratique et réception du modelage
- Evaluation pratique / QCM
- Debriefing des deux jours

MATÉRIEL ET MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Exercice sur modèles (à prévoir par le stagiaire)
- Support pédagogique papier remis au stagiaire
- Test de connaissances QCM et évaluation par la formatrice sur la mise en situation sur modèle

Matériel nécessaires (à fournir par le stagiaire) : Serviettes, huiles, plaid et table de massage

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 12/12/2023

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:

3 et 4 juin 2024

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

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.