

# L'Ecole du Massage

25 rue Saint Gatien

37100 Tours

Email: [contact@lecoledumassage.fr](mailto:contact@lecoledumassage.fr)

Tel: +33622612612



L'école du Massage

## Massage Californien

*Cette approche psychocorporelle s'intéresse à la relation que l'on entretient avec notre corps. Elle facilite le relâchement des émotions qui se cachent derrière les tensions physiques.*

*Les techniques enveloppantes et réconfortantes nourrissent le côté féminin présent en chacun et aide à développer l'acceptation de soi dans la bienveillance et le non-jugement.*

**Durée:** 24.00 heures (3.00 jours)

**Horaires :** De 8h30 à 13h00 et 14h00 à 18h00

**Lieu :** Présentiel - L'Ecole du Massage 25 rue Saint Gatien 37100 TOURS

**Accessibilité :** Les locaux sont accessibles aux personnes à mobilités réduites. Des mesures peuvent être mises en place pour faciliter l'accès aux personnes en situation de handicap.

### Profils des stagiaires :

- Personnes ayant acquis les postures de base (Structure) du massage sur Table
- Professionnels du massage dans le cadre du développement des compétences.

### Prérequis :

- Avoir validé la formation Initiale sur Table ou équivalent

### Objectifs pédagogiques

- Apprendre un massage traditionnel Californien de 60 à 80 min
- Identifier les caractéristiques emblématiques d'un Californien
- Savoir appliquer les techniques qui invite le receveur à se reconnecter à lui-même
- Comprendre les effets et les limites de la pratique
- Utiliser la respiration se détendre et se connecter à la sphère émotionnelle
- Posture : Fluidité (Anticipation, détente, lâcher prise)

### Contenu de la formation

- Théorie
  - Origines de la technique
  - Indications et contre-indications
  - Organisation et prise en charge

- Rappels de Postures
- Conseils au praticien
- Arrière du corps
  - Prise de contact et Réunionifications
  - Travail du Dos
  - Transitions du Dos vers la Jambe
  - Travail de la Jambe
  - Transition de la Jambe vers le Dos
- Avant du Corps
  - Réunionifications
  - Travail du devant de la jambe
  - Transition vers le Ventre
  - Travail du Ventre
  - Transition vers le Haut du Corps
  - Travail du Décolleté et des Bras
  - Travail de la Tête
  - Travail des Trapèzes, de la Nuque et de la Tête
- Conclusion
  - Révision du protocole
  - Pratique guidée et évaluée
  - Questions Réponses

## Organisation de la formation

**Equipe pédagogique : Marie BLASZCZYK**

### Déroulé de la formation

Jour 1

9h00-9h30	Accueil + présentations + questionnaires
9h30 - 11h30	Théorie + Quiz
11h30 - 11h45	Pause
11h45 - 13h00	Pratique individuelle
14h00 - 15h45	Pratique Groupe 1
15h45 - 16h00	Pause
16h00 - 17h45	Pratique Groupe 2
17h45 - 18h00	Quiz

Jour 2

9h00-9h30	Accueil + Installation
9h30 - 11h30	Pratique Groupe 1
11h30 - 11h45	Pause
11h45 - 13h00	Pratique Groupe 2
14h00 - 15h45	Pratique Groupe 1
15h45 - 16h00	Pause
16h00 - 17h45	Pratique Groupe 2
17h45 - 18h00	Quiz

### Jour 3

9h00-9h30	Accueil + Installation
9h30 - 11h30	Pratique Groupe 1
11h30 - 11h45	Pause
11h45 - 13h00	Pratique Groupe 2
14h00 - 15h00	Révisions
15h00 - 16h00	Evaluation groupe 1
16h00 - 16h30	Pause
16h30 - 17h30	Evaluations groupe 2
17h30 - 18h00	Questions / réponses + rangement

### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Remise d'un support de Formation
- Exposés théoriques
- Démonstrations commentées des techniques
- Pratique Guidée et Corrigée
- Mise à disposition en ligne de vidéo pédagogique à la suite de la formation
- Mise à disposition du matériel de pratique au cours de la formation
- 15h de Pratique Personnelle justifiée suite à la formation

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Formulaire d'évaluation des attentes
- Feuilles de présence.
- Mises en situation
- Formulaires d'évaluation de la formation.

### Qualité et indicateurs de résultats

- Recueil individuel des attentes du stagiaire
- Questionnaire d'auto-évaluation des acquis en début et en fin de formation
- Évaluation continue durant la session
- Remise d'une attestation de fin de formation
- Questionnaire d'évaluation de la satisfaction en fin de formation

Mis à jour le : 29/08/2023