

L'Ecole du Massage

25 rue Saint Gatien

37100 Tours

Email: contact@lecoledumassage.fr

Tel: +33622612612



L'école du Massage

Accompagnement du Sportif

Cette formation permet aux masseurs professionnels ou amateurs d'adapter leur pratique aux besoins des sportifs, de leur niveau de pratique et aux spécificités de leurs sports.

Ici pas de protocole tout fait, nous partons des connaissances pratiques de chacun pour les mettre au services des objectifs des sportifs.

Formations pratiques complémentaires : Massage Suédois, Massage thaï sur Table, Massage crânien, Biologie du massage

Formation Théorique (100% théorique)

Durée: 16.00 heures (2.00 jours)

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

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

Accessibilité : . Pour les personnes en situation de handicap, nous mettrons tout en œuvre pour vous accueillir ou pour

vous réorienter. Vous pouvez nous contacter au 02 47 60 65 64

Profils des stagiaires :

- Masseur professionnel
- Masseur amateur
- Personne sportive

Prérequis : Aucun

Objectifs pédagogiques

- Identifier les différents profils des sportifs et comprendre leurs besoins spécifiques.
- Définir les application et les limites du massage bien être adressé aux sportifs
- Comprendre les besoins spécifiques du sportif : hydratation, alimentation, sommeil et repos.
- Mener un entretien adapté à l'accompagnement du sportif
- Comprendre les caractéristiques d'un massage de préparation et de récupération (quelles techniques de massage proposer?)
- Mettre en place d'un programme de massage sur mesure (selon les entrainements, phases de récupérations, évènements / compétitions)



Contenu de la formation

- Identifier les différents profils des sportifs et comprendre leurs besoins spécifiques
 - Définition du terme "sportif"
 - IDEES RECUES
 - Les attentes des sportifs
- Définir les application et les limites du massage bien être adressé aux sportifs
 - Bénéfices du massage pour le sportif
 - Glossaire des pathologies chez les sportifs
 - Les limites de la prise en charge
- Comprendre les besoins spécifiques du sportif
 - hydratation
 - alimentation
 - sommeil
- Comprendre les caractéristiques d'un massage de préparation et de récupération
 - Prépa physique
 - Prépa mentale
 - Récupération
- Mener un entretien adapté
 - Le questionnaire de premier rdv
 - Prendre en compte le quotidien
 - Les questionnements de suivi
- Mettre en place d'un programme de massage sur mesure
 - Comment adapter un accompagnement ?
 - Intégrer le massage dans la préparation
 - Fixer les rdvs en fonction des possibilités
- Les clés pour développer une activité de massage sportif
 - Mobiliser son réseau
 - Développer sa visibilité
 - Fidéliser la clientèle
- Exercices et mises en situation pratique
 - Ajuster son massage sur un temps court ou long
 - Les groupes musculaires les plus sollicités selon les sports
 - Mini- protocoles : prépa physique, prépa mentale, échauffement, récupération

L'Ecole du Massage

25 rue Saint Gatien

37100 Tours

Email: contact@lecoledumassage.fr

Tel: +33622612612



L'école du Massage

Organisation de la formation

Equipe pédagogique : Laurence LEGOFF

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition de documents supports de la formation.

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

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de 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 : 01/11/2023