



Christine Robert
Centre de formation

Massage musculaire sportif

Type suédois

MSP



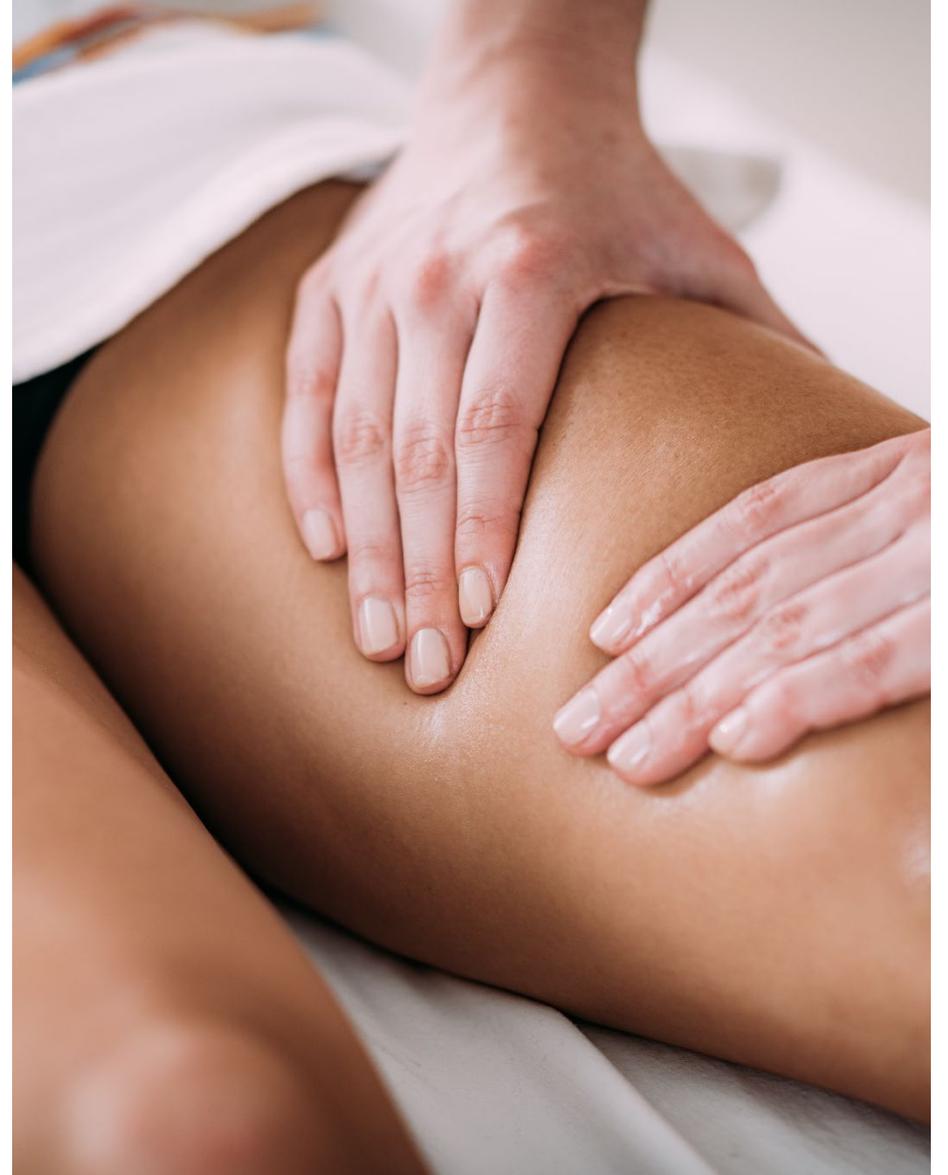
La formation en bref

- Durée : 14 heures / 2 journées consécutives
- Localisation : Bourg-en-Bresse (01 Ain) et Saint-Etienne (42 Loire)
- Formateur : Emmanuelle Fauvelle, praticienne massage bien-être en activité
- Nombre de places : 8 à 10 stagiaires maximum
- Durée moyenne d'accès à la formation : 1 à 3 mois

Compétences

FORMATION MSP

A l'issue de cette formation, le stagiaire sera capable de mettre en œuvre un massage bien-être musculaire du sportif, « type suédois ».





Publics concernés

La formation est destinée aux professionnels de la santé, de la relation d'aide, de l'éducation et de l'esthétique.

Cette formation s'adresse également aux personnes souhaitant se réorienter vers le milieu de la relaxation, gestion du stress et du bien-être. Tout public majeur, dans une démarche de reconversion ou d'acquisition, entretien et perfectionnement des connaissances.

Conditions d'admission :

- Entretien préalable au stage

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

Programme

Jour 1

- Historique du massage
- Historique du massage « type suédois »
- Indications, effets : Pourquoi se faire masser ?
- Le toucher et la peau
- La préparation du praticien
- La respiration dans un corps en mouvement
- Les postures – cartes mentales
- Questionnaire préalable
- Les techniques de massage
- Pratique par binôme

Jour 2

- Protocole du massage musculaire sportif : face dorsale – face ventrale
- La remontée des émotions et leur gestion
- Pratique sur binôme suivant l'enchaînement du protocole
- Evaluation par le formateur

Modalités pédagogiques

La formation dispensée en présentiel. Différents modes d'animation sont utilisés : cours magistraux, mise en situation pratique par la réalisation d'ateliers thématiques en petits groupes, diffusion de vidéos...

a.

Modalités d'évaluation :

- Evaluation écrite sur la base d'un questionnaire et évaluation pratique lors du déroulement des ateliers de mise en situation

b.

A l'issue de la formation :

- Délivrance d'une attestation de formation



Matériel pédagogique :

- Tables de massage,
- Vidéo-projecteur,
- supports pédagogiques papier

CGV

1. Modes de règlements acceptés : chèque, virement bancaire, espèces
2. Le paiement s'effectue partiellement lors de l'inscription par un versement de 30% du montant global. Le solde restant sera versé le premier jour du stage. Possibilité de règlement en 10 fois.
3. Une convention de formation est établie lors des stages.
4. Le stagiaire est soumis à l'application du Règlement intérieur du centre de formation.

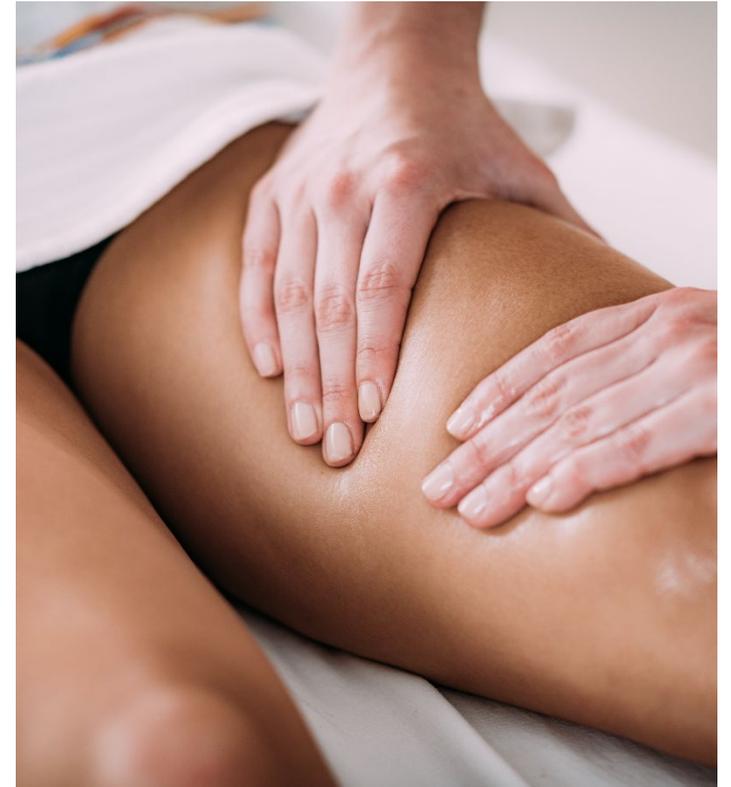
Le formateur peut annuler le stage au plus tard 10 jours avant la date requise si le nombre de stagiaires n'est pas suffisant. Votre acompte vous sera retourné. Si le stagiaire annule sa formation dans les 10 jours qui précèdent le stage sauf raison grave et justifiée, son acompte ne lui sera pas restitué.

Mentions légales

Les méthodes et la finalité de ces techniques de relaxation et de bien-être n'ont aucun rapport concurrentiel avec celles utilisées par les spécialistes paramédicales et de rééducation.

Les programmes de formation établis, en fonction d'objectifs déterminés, précisent les moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement mis en œuvre ainsi que les moyens permettant de suivre son exécution et d'en apprécier les résultats.

Article L. 6353-1 du code du travail





Siège social : 25 Rue Charles Robin - 01000 Bourg-en-Bresse

Siret - 450 006 390 00030 | APE - 8690F

Email : contact@formation-christine-robert.com | Site web : www.formation-christine-robert.com | Tél . : 04 74 22 58 18