

Formation Massage Thai Des Pieds

Céline B. Formation

**Numéro de déclaration d'activité : 93132102313 auprès
du préfet de région PACA**



Origines

En Chine, où il est pratiqué depuis plus de 3000 ans, le massage des pieds est réputé pour ses nombreuses vertus préventives. Mais la réflexologie concerne également la tête et les mains.

Dotée de plusieurs milliers de terminaisons nerveuses, la plante des pieds est selon la médecine chinoise raccordée aux organes internes.

Par stimulation de zones réflexes spécifiques, le massage est ainsi censé lutter contre les douleurs, éliminer les toxines et prévenir les céphalées, les troubles digestifs, les sensations de jambes lourdes, les sinusites...

S'il ne peut en aucun cas remplacer la médecine traditionnelle, le massage des pieds thaï, inspiré des méthodes chinoises, apporte une relaxation surprenante. Après un bain de pieds et un massage au camphre, la jambe est massée des orteils au genou, à l'aide d'un stick de massage en bois qui permet de mieux stimuler les points de réflexologie. Et après ce massage, le proverbe asiatique qui dit que « *lorsqu'on touche les pieds, on touche à l'âme* » ne fait plus aucun doute...

La Réflexo Thai, c'est quoi ?

Le « foot massage » comprend une partie de **réflexologie plantaire** ; la **stimulation des zones latérales et supérieures** du pied s'effectue avec l'aide d'un « stick » en bois, ainsi que les zones réflexe du dessous de pieds. **Les effets sont immédiats, puissants et durables.**

Le massage Thaï des pieds comporte des enchaînements très complets, toutes les faces du pied et de la jambe sont traitées, même sous et entre les orteils. Pendant le « **foot massage** », la jambe est enveloppée dans une serviette pour décontracter les muscles, puis des pressions profondes sont exercées sur les lignes et points d'énergie. Le « foot massage » fait partie intégrante de la culture Thaïlandaise et il est **devenu au fil du temps un véritable art de vivre.**

Bienfaits

- Lâcher prise
- Relâchement musculaire
- Réduction du stress et de la fatigue
- Améliore le sommeil
- Nourrit les articulations
- Apaise le mental
- Améliore la circulation sanguine
- Favorise la circulation énergétique
- Equilibre les émotions

Céline B. Formation

1 Place des vanneaux 13250 SAINT CHAMAS | Siret : 922 852 751 00010

Numéro de déclaration d'activité : 93132102313 auprès du préfet de région PACA

Programme de formation massage thaï des pieds

NB : le stagiaire doit prévoir un pantalon souple, 1 grande serviette de bain, 3 petites serviettes de toilette

Repas : Le repas n'est pas compris dans la formation et reste à charge du stagiaire. Il sera pris sur place (frigo et micro – ondes à disposition)
Cependant, boissons fraîches et chaudes, ainsi que des petits encas sont compris

Intitulé de la formation : Formation massage thaï des pieds

Durée : 1 jours soit 7 heures

Horaires : 9h-12h / 13h-17h (Pause déjeuner 1h)
Une pause de 15 minutes par demi-journée

Responsable de formation : Céline Berdot

Pré requis de la formation :

- être majeur
- s'exprimer correctement en Français à l'oral et à l'écrit

Public concerné :

- professionnels du bien-être, de l'esthétique ou de la santé souhaitant faire évoluer leurs compétences
- personnes en projet d'orientation ou réorientation professionnelle

Objectifs pédagogiques :

Maîtriser les techniques spécifiques du soin
Connaître les conditions d'exploitation du soin
Savoir vendre et conseiller le soin
Savoir accueillir la clientèle

Céline B. Formation

1 Place des vanneaux 13250 SAINT CHAMAS | Siret : 922 852 751 00010

Numéro de déclaration d'activité : 93132102313 auprès du préfet de région PACA

Déroulement de la formation *(les horaires sont susceptibles d'être adaptés en fonction de la progression du groupe)*

Jour 1 – Théorie et pratique

Théorie

- Présentation du massage, du formateur et tour des table des stagiaires
- Les conditions matérielles (habillement, local, tables, futon, musique, température...).
- Optimisation du maintien corporel (fluidité, assise, présence, distance)
- Communication, durée et tarif de soin

Pratique : Installation du massé sur table de massage

- Prise de contact et mise en place de la chaussette
- Travail du dessous et du dessus du pied
- Travail avec le stylet
- Travail avec les pouces
- Travail des demi- jambes
- Evaluation finale et questions réponses

Céline B. Formation

1 Place des vanneaux 13250 SAINT CHAMAS | Siret : 922 852 751 00010

Numéro de déclaration d'activité : 93132102313 auprès du préfet de région PACA

Suivi de l'exécution

Feuilles d'émargement quotidiennes signées des stagiaires et du formateur par demi-journée

Délai d'accès : Inscription possible 4 jours avant le début de la formation (si pas complète).

Organisation : Cours collectif : 4 personnes maximum.

Travail en binôme pour les massages, de façon à recevoir et à donner le massage.

Évaluation du stagiaire en fin de formation :

Le stagiaire devra réaliser le protocole en intégralité.

Il sera observé et évalué par la formatrice.

Attestation de stage remis à l'issue de la formation.

Équipe pédagogique :

La formatrice est professionnelle dans le domaine du bien-être et de la beauté (Coiffure, massages, Shiatsu) diplômée et exerce en clientèle :

□ Céline BERDOT

Formalités administratives :

- Le tarif de la formation est de **259 euros TTC** (financement perso)
- Avec prise en charge FAF : 299 euros TTC

Un acompte de 100 euros sera demandé pour valider l'inscription à la formation. Le solde devra être réglé 15 jours avant la date de la formation, par carte bleue OU virement bancaire. Possibilité de régler le solde en espèce le jour de la formation.

Si l'inscription se fait moins de 7 jours avant la date de formation, le coût total de la formation sera demandé.

Programme mis à jour le 01 décembre 2024

Céline B. Formation

Représenté par Céline Berdot .El.1, Place des vanneaux 13250 St Chamas

Siret : 922 852 751 00010

Numéro de déclaration d'activité : 93132102313 auprès du préfet de région PACA