

MASSAGE DO IN - AUTO-MASSAGE

Le Massage DO IN est une technique d'Auto-massage issue de la médecine traditionnelle japonaise et proche de la médecine traditionnelle chinoise.

Objectifs

- Maîtriser les postures, les gestes et les procédés du Massage DO IN ;

Public Concerné

Toute personne désireuse de se former au Massage DO IN

Pré Requis

Cette formation ne nécessite pas de prérequis

Objectifs pédagogiques

Maîtriser les différents mouvements d'automassage pour chaque zone corporelle ainsi que les programmes de massage : dynamisme, détente, et complet.

Méthodes et moyens pédagogiques

Méthodes et moyens pédagogiques :

- Enchaînement pas à pas du protocole
- Entraînement et apprentissage pour chaque séquence
- Révision et bilan après chaque séquence
- Révision du protocole complet avant l'évaluation de fin de formation

Moyens techniques et matériels :

- Support de cours électronique / Synthèse de protocole plastifiée
- Paperboard et/ou Vidéoprojecteur

Qualification Intervenant(e)(s)

Praticienne certifiée en Massage Bien-être

Type de formation

Présentiel

Les + métier

Pratiquer et proposer des séances de Massage DO IN en tout lieu visant à favoriser une détente corporelle et mentale.

Méthodes et modalités d'évaluation

Questionnaire de positionnement pré-formation
Evaluation des compétences en fin de formation : Mise en situation
Questionnaire de satisfaction de l'action de formation

Sanction de fin de formation :

- Attestation de fin de formation
- Certificat de formation après validation des compétences

Modalités d'Accessibilité

Accès PMR

Parcours pédagogique

Matin :


- Accueil des stagiaires (café, thé)
- Présentation du formateur et des stagiaires
- Qu'est ce que l'automassage (Do IN) ?
- La circulation des méridiens, les points d'acupuncture
- Indication et contre-indication
- Pratique et apprentissage des différents mouvements d'automassage pour chaque zone corporelle
- Pratique et apprentissage des différents programmes de massage : dynamisme, détente, et complet

Après-midi :

- Protocole détaillé séquence par séquence
- Bilan et conseils
- Révision du protocole complet
- Auto-évaluation stagiaire
- Evaluation des compétences
- Evaluation de satisfaction de l'action de formation

 **Durée**
14.00 Heures
2 Jours

Effectif
Groupe de 10 stagiaires maximum

 **Tarifs**
Inter (Par Stagiaire) : 290.00 € Net de taxe
Intra (Par Jour) : Nous consulter