



PRATIQUER LES TECHNIQUES CORPORELLES RELAXANTES

Présentation :

La formation vise à attester les compétences du candidat à pratiquer les techniques corporelles relaxantes de type Californien, Suédois, par la maîtrise de connaissances techniques et théoriques via l'Anatomie palpatoire.

Elle s'adresse exclusivement aux professionnels en activité ou en création d'activités pratiquant les techniques corporelles relaxantes non thérapeutiques.

En effet, chaque séance de techniques corporelles relaxantes est constituée de manœuvres invitant au lâcher-prise, durant laquelle l'esprit du client est entièrement monopolisé par les sensations reçues par le corps. Le praticien connaît l'anatomie humaine afin d'adapter son toucher aux zones visées. Il est attentif au ressenti du client, de manière verbale, non verbale et corporelle.

Une spécialisation sur un **cursus de 42 heures de formation** qui permet de professionnaliser cette pratique, incluant l'Anatomie palpatoire, le Californien, et le Suédois :

- L'anatomie palpatoire: être professionnel du bien-être requiert une bonne connaissance du corps humain. Parfait allié des techniques corporelles relaxantes, l'anatomie palpatoire propose de comprendre l'organisme dans sa globalité avec ses composantes : les os, les muscles, les nerfs, les organes, les systèmes digestif, sanguin et lymphatique.
- Technique corporelle relaxante type Californien : elle fait partie des techniques de bien-être psychocorporelles, avec une gestuelle rythmée, continue, fluide, enveloppante, permettant un lâcher-prise total et une relaxation profonde. Elle s'effectue sur l'ensemble du corps, sur table de soin, à l'aide d'huile chauffée et dure environ 60 minutes.

- Technique corporelle relaxante type Suédois : elle est composée de gestuelle dynamique avec de nombreuses manœuvres par frictions, visant à dissoudre les tensions corporelles et mobiliser ainsi les muscles. Son effet tonifiant et à la fois relaxant améliore l'élimination des toxines et apporte un effet détente instantané. Elle s'effectue sur l'ensemble du corps, sur table de soin, à l'aide d'huile chauffée et dure environ 60 minutes.

Objectifs pédagogiques :

Objectifs pédagogiques : Elargir la palette de connaissances du stagiaire/ Apprentissage des connaissances pour les techniques corporelles relaxantes. Savoir mettre en pratique les connaissances auprès de vos futurs clients.

Compétences attestées :

- Avoir une bonne connaissance du corps humain et de ses différents systèmes par l'anatomie palpatoire, en vue de comprendre les effets de chaque technique corporelle.
- Maîtriser les précautions client et les contre-indications pour la prestation de techniques corporelles relaxantes lors de la prise de contact.
- Accueillir le client, découvrir ses besoins, en vue de donner une réponse adaptée par les techniques corporelles relaxantes.
- Préparer les produits/matériels et poste de travail nécessaires à la pratique des techniques corporelles relaxantes : Californien, Suédois.
- Installer le client de manière adaptée en pertinence avec les différents protocoles de techniques corporelles relaxantes type Californien et Suédois.
- Réaliser les techniques corporelles relaxantes dans le respect des protocoles pratiques type Californien et Suédois.
- Prendre congés auprès du client/nettoyer et réinstaller le poste de travail.

Moyens pédagogiques :

Paper board/matériels et produits nécessaires à l'apprentissage/ mise en situation/test de connaissances intermédiaires/ remise d'un dossier de cours/examen de contrôle des connaissances et remise d'une attestation de formation après validation de l'examen.

Modalité d'évaluation et de validation de la formation encadrée par un évaluateur

(règlement d'examen consultable sur demande) :

Pratique : durée 2 heures (obtenir une note égale ou supérieure à 10/20 de moyenne pour validation)

Mises en situation professionnelle

- Réalisation d'une séance de techniques corporelles relaxantes type Californien (précautions et besoins client/accueil client/ préparation produits-matériels-poste de travail/installation client/protocole technique/prise de congés/réinstallation poste de travail).
- Réalisation d'une séance de techniques corporelles relaxantes type Suédois (précautions et besoins client/accueil client/ préparation produits-matériels-poste de travail/installation client/protocole technique/prise de congés/réinstallation poste de travail)

2. Cas pratiques

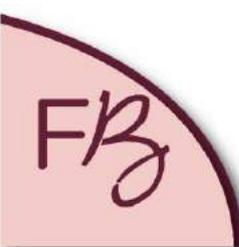
Découverte du corps humains et de ses systèmes (os, muscles, etc...) par l'anatomie palpatoire.

Théorie : durée 1 heure (obtenir une note égale ou supérieure 10/20 de moyenne pour validation)

- Test de connaissances Anatomie Palpatoire.
- Test de connaissances Techniques corporelles relaxantes type Californien.
- Test de connaissances Techniques corporelles relaxantes type Suédois.

Débouchés : Professionnel du bien-être en free-lance ou indépendant, Salons/ instituts de beauté, Spas, Thalassos, Centres de bien-être.

Matériels : Modèles, matériels, produits mis à disposition.



Niveaux requis :

Professionnels en activité ou en création d'activités :

- Spécialisés dans les techniques corporelles relaxantes et de bien-être,
- Spécialisés dans l'esthétique, la beauté,
- Spécialisés dans un autre domaine ayant ou développant une activité professionnelle de techniques corporelles relaxantes complémentaires.

Effectifs : 4 stagiaires maximum/session.

Durée : 42 h réparties sur des journées de 7h de formation, soit 6 jours.

Tarif : 1167 euros

Dates : voir sur www.FormaBelle.fr

PROGRAMME

PRATIQUER LES TECHNIQUES CORPORELLES RELAXANTES

Contenu : 42 heures de formation réparties sur 6 jours

REFERENTIEL DE COMPETENCES

REFERENTIEL D'EVALUATION

COMPETENCES ASSOCIEES AUX ACTIVITES ET TACHE	MODALITES D'EVALUATION	CRITERES D'EVALUATION
Avoir une bonne connaissance du corps humain et de ses différents systèmes par l'anatomie palpatoire, en vue de comprendre les effets de chaque technique corporelle.	<p>Test connaissances théoriques écrit.</p> <p>Cas pratique : exercice sur modèle vivant.</p>	<p>Le candidat est évalué sur : Sur ses connaissances en anatomie via différents schémas à compléter.</p> <p>Sa capacité à identifier les différents systèmes du corps humain par l'anatomie palpatoire.</p>
Maîtriser les précautions client et les contre-indications pour la prestation de techniques corporelles relaxantes lors de la prise de contact.	<p>Mise en situation professionnelle :</p> <p>Réalisation d'une séance de techniques corporelles relaxantes.</p>	<p>Le candidat est évalué sur : La prise en compte et le respect des précautions et contre-indications client par le listing de questions ciblées.</p>
Accueillir le client, découvrir ses besoins, en vue de donner une réponse adaptée par les techniques corporelles relaxantes.	<p>Mise en situation professionnelle :</p> <p>Réalisation d'une séance de techniques corporelles relaxantes.</p>	<p>Le candidat est évalué sur : La qualité de l'accueil réservé au client et la clarté des informations données, le recueil des besoins et du consentement du client, le choix de la technique relaxante adaptée.</p>
Préparer les produits/matériels et poste de travail nécessaires à la pratique des techniques corporelles relaxantes : Californien, Suédois.	<p>Mise en situation professionnelle :</p> <p>Réalisation d'une séance de techniques corporelles relaxantes.</p>	<p>Le candidat est évalué sur : La qualité de la préparation du poste de travail/produits/matériels adaptés à la technique choisie.</p>
Installer le client de manière adaptée en pertinence avec les différents protocoles de techniques corporelles relaxantes type Californien et Suédois.	<p>Mise en situation professionnelle :</p> <p>Réalisation d'une séance de techniques corporelles relaxantes.</p>	<p>Le candidat est évalué sur : L'installation conforme du client dans le respect des critères énoncés dans le protocole.</p>
Réaliser les techniques corporelles relaxantes dans le respect des protocoles pratiques type Californien et Suédois.	<p>Mise en situation professionnelle :</p> <p>Réalisation d'une séance de techniques corporelles relaxantes.</p>	<p>Le candidat est évalué sur : Le respect du protocole techniques corporelles relaxantes type Californien le respect du protocole techniques corporelles relaxantes type Suédois, l'adaptation des gestes à la technique.</p>

Prendre congés auprès du client/nettoyer et réinstaller le poste de travail	Mise en situation professionnelle : Réalisation d'une séance de techniques corporelles relaxantes.	Le candidat est évalué sur : La qualité de la prise de congés du client dans le respect des critères du protocole techniques corporelles relaxantes, la remise en état du poste de travail conforme à l'accueil d'un nouveau client.
------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Examen de validation de la formation : 2h de pratique + 1h de théorie

- **Débriefing Questions/réponses**
- **Remise d'une attestation de fin de parcours de formation après validation des examens et l'obtention d'une moyenne égale ou supérieure à 10/20.**

INSCRIPTION : 04 67 82 91 76