



## PLAN DE FORMATION MASSAGE DYNAMIC DRAIN

Cette technique de massage permet une détoxification du corps il favorise la circulation lymphatique. Drainant il aide à détoxifier l'organisme et apporte plus d'énergie. Le massage facilite l'élimination des déchets et toxines et agit sur les manifestations de jambes lourdes, l'insomnie tout en favorisant un bien être global. Dans le cadre esthétique, il est utilisé pour diminuer l'aspect peau d'orange et l'eau retenue dans les tissus.

### OBJECTIF

- ✓ Maîtriser le protocole technique et les postures
- ✓ Maîtriser les notions théoriques, les indications et contres indications du drainage lymphatique
- ✓ Acquérir une prestation complémentaire à des techniques déjà pratiquées en accompagnement minceur.
- ✓ Proposer un nouveau soin à sa clientèle et développer une clientèle cible.

### MATÉRIEL

- Matériel fourni par Harmony Formation pour toute la durée de formation :  
Tout le matériel nécessaire pour l'action de formation (table de massage, huile, flacon, ...).
- Matériel à apporter par le stagiaire :
  - 1 serviette de 50\*100 cm pour couvrir la poitrine
  - 2 grandes serviettes de 70-80\*180-200 cm (ou 1 drap housse pour couvrir la table) :  
1 pour couvrir l'ensemble de votre corps et l'autre pour protéger la table dans son entièreté
  - 1 plaid pour les plus frileux
  - 1 serviette à main
  - 1 stylos pour prendre des notes

### PUBLIC CONCERNE

Cette formation est pour toute personne souhaitant développer ses compétences dans le domaine du massage à visée esthétique. Professionnels du bien-être, esthéticiennes et personnes en reconversion.

### PRÉREQUIS NÉCESSAIRE

Aucun prérequis.

# PROGRAMME DE FORMATION

## **Matin :**

### Théorie :

- Accueil et présentation des stagiaires et de la formatrice
- Présentation de la technique
- Apports théoriques : - le système lymphatique  
- les bienfaits du drainage lymphatique
- Indications et contre-indications

### Pratique :

- Démonstration et mise en pratique face antérieure
- Travail en binômes. Le stagiaire donne et reçoit le protocole.

## **Après-midi :**

- Démonstration et mise en pratique face postérieure
- Travail en binômes. Le stagiaire donne et reçoit le protocole.

## **MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES**

- ✓ Support de cours remis lors du stage
- ✓ Mises en pratique sur modèle
- ✓ Evaluation par questionnaire oral sur la théorie
- ✓ Attestation de suivi de formation
- ✓ Chaque participant est à tour de rôle donneur et receveur

**Durée :** 1 jour – 8h

**Horaires :** 9h – 18h (1h de pause déjeuner)