



PLAN DE FORMATION EXCELLENCE TOUCHER

4 jours de formation qui vont permettre de découvrir le massage autrement. Aller au-delà de la technique, aller au-delà des protocoles... Un module où le lâcher prise est de mise.

OBJECTIF

- Intégrer des habitudes corporelles afin de gagner en aisance lors de votre massage
- Maîtriser la fluidité des déplacements
- Accroître sa qualité de présence, son écoute et son ressenti
- Découvrir votre magnétisme
- Masser de manière plus intuitive, plus subtile

MATERIEL

- 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

Personne souhaitant approfondir ses connaissances dans le domaine du massage et du lâcher prise.

PREREQUIS NECESSAIRE

Savoir masser, sous réserve de l'entretien préalable.

PROGRAMME DE FORMATION

Jour 1 : 7h00

- Présentation du groupe
- Attentes et objectifs individuels lors de ce module
- Questions individuelles des problèmes/difficultés rencontrés dans votre pratique du massage
- Prise de conscience corporelle et de déplacement
- Qu'est-ce que le souffle ? Travail de synchronisation du geste et du souffle
- Pratique d'un massage libre avec cette conscience du souffle et du corps

Jour 2 : 7h00

- Session de questions/réponses
- Développer sa qualité de présence et d'écoute non verbale
- Pratiquer le massage en voyant au-delà du regard

Jour 3 : 7h00

- Session de questions/réponses
- Le toucher par Denis TRAN
- Exercice de conscience corporelle et posturale par le Qi Gong
- Exercice de conscience énergétique
- Pratique du massage en intégrant la notion de puissance du geste

Jour 4 : 7h00

- Session de questions/réponses
- Prendre sa place dans le massage
- Interprétation libre

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- ✓ Support de cours remis lors du stage
- ✓ Travaux pratiques donneur/receveur
- ✓ Fiche d'évaluation finale remise par le formateur
- ✓ Contrôle continu des connaissances
- ✓ Attestation de formation

DUREE : 4 jours – 28h

Horaire : 9h/17h avec 1h de pause déjeuner ; soit 7 heures par jour