

# Programme

	Durée
<b>Contenu du cours : Jour 1</b>	
Présentations des apprenants et de la formatrice	15 mn
<b>Quiz</b>	10 mn
<b>Module 1 : Introduction au Massage Deep</b>	30 mn
Tissue ;	
<u>Théorie :</u>	
-les origines	
-les bienfaits	
-postures et pratiques du masseur	
-préparation au massage	
<b>Module 2 : Présentation des différentes manoeuvres</b>	15 mn
<b>Module 3</b>	1h15
<u>Pratique :</u>	
-mise en place des serviettes et couverture sur la table de massage	
-démonstration du massage sur la partie postérieure du corps, par la formatrice	
-réalisation du massage sur la partie postérieure du corps, par les apprenants	
<b>Pause déjeuner</b>	1h

# Programme

## Module 4

1h15

### Pratique :

- mise en place des serviettes et couverture sur la table de massage
- démonstration du massage sur la partie postérieure du corps, par la formatrice
- réalisation du massage sur la partie postérieure du corps, par les apprenants

## Module 5

2h30

### Pratique :

- démonstration du massage sur la partie antérieure du corps, par la formatrice
- réalisation du massage sur la partie antérieure, par les apprenants

## Jour 2

### Quiz

10 mn

Echange sur la première journée de formation

15 mn

## Module 6 : Les clés du succès

15 mn

### Théorie :

- conseils

# Programme

**Module 7 :** exercice de mise en situation ;

30 mn

Pratique :

-préparation de la table de massage, installation du modèle

Récapitulatif points essentiels

15 mn

**Module 8 :**

1h15

Pratique : 1er groupe

-réalisation du massage complet, par les apprenants

**Pause déjeuner**

1h

**Module 9 :**

1h15

Pratique :

-réalisation du massage complet, par les apprenants

**Module 10 :** Etude de cas

2h30

Pratique :

-mise en situation avec un sujet précis

# Programme

**Quiz**

10 mn

**Questionnaire fin de formation**

10 mn

**Remise des diplômes**

10 mn

