



PROGRAMME DE FORMATION MASSAGE TUINA VENTOUSE

Présentation de la formation : Le **massage Tuina** combinées aux ventouses, spécifiquement adaptées à la minceur et à la tonification du corps.

Pratique, efficace et adaptée aux esthéticiennes et praticiens bien-être, ce module vous permet d'enrichir votre savoir-faire et d'offrir à vos clients une expérience minceur complète et personnalisée.

Le Tuina Minceur est une combinaison de plusieurs techniques : digitopression pour réguler le métabolisme, massages en pressions glissées profondes et passage d'une ventouse traditionnelle chinoise vide d'air sur les zones à traiter (ventre, cuisses, fessier). ... La ventouse permet donc de dynamiser le sang et l'énergie. Découvrez une approche professionnelle pour stimuler la circulation, drainer les toxines et remodeler la silhouette.

Ces techniques de massage s'inscrivent dans une approche de relaxation et d'accompagnement au bien-être, sans finalité thérapeutique et sans visée médicale.

But : Au fil de cette formation, je vous guiderai pour maîtriser l'association puissante du Tuina et des ventouses. Vous apprendrez à stimuler les zones ciblées, favoriser le drainage et remodeler la silhouette tout en soulageant les tensions musculaires. Je partagerai avec vous mes techniques et astuces afin que vous puissiez offrir à vos clients un massage minceur efficace et agréable. Rejoignez-moi pour une formation pratique, dynamique et enrichissante.

Objectifs :

- **Maîtriser** les techniques de Tuina combinées à l'utilisation des ventouses pour stimuler la circulation et les zones ciblées.
- **Déloger** les amas graisseux et favoriser le remodelage de la silhouette.
- **Activer** le drainage et la tonification des tissus pour améliorer fermeté et confort corporel.

Durée : 2 journées de 7h soit 14h de formation

Tarif : Tarif formation individuelle : 620€ - Tarif formation en groupe : 490€

Pré-requis et participants : Aucun ; cette formation s'adresse à un public débutant ou à un public ayant déjà des connaissances en massage bien-être.

Public : Chefs d'entreprise, salariés, demandeurs d'emploi et particuliers

Modalités d'accès : Entretien téléphonique d'analyse des besoins

Modalités d'exécution : Formation présentiel synchrone

Modalités de suivi, d'encadrement et d'évaluation :

Supervision, correction de la posture et de la précision des gestes. Suivi par Contrôle en continu du niveau des stagiaires (observation, mise en situation et feedback), et validation des acquis par la mise en pratique sur modèle + Questionnaires.

Programme :

JOURNÉE 1 - Matin :

- Présentation des stagiaires et de la formatrice
- Présentation du programme détaillé de la formation avec les objectifs à atteindre.
- Les bienfaits de ce massage et les contre-indications (questions à poser lors de la prise de rendez-vous).
- Déroulement du massage, accueil client
- Démonstration sur la stagiaire afin de ressentir le massage
- Pratique des stagiaires sur le protocole de la digito pression phase ventrale

JOURNÉE 1 - Après-midi :

- Pratique des stagiaires sur le protocole du ventre avec application de ventouse
- Révision sur toutes la partie ventrale
- Questions (si la stagiaire à besoin d'information)

JOURNÉE 2 - matin :

- Debriefing de la journée précédente et rappel des objectifs
- Révisions de la pratique de la veille oralement et questions si besoin.
- Démonstration des manœuvres sur les jambes arrière sur un stagiaire ou un modèle.
- Pratique des stagiaires sur les jambes arrière (supervisions, correction de la précision des gestes et de la posture)

JOURNÉE 2 - Après-midi :

- Démonstration des manœuvres sur le dos sur un stagiaire ou un modèle.
- Pratique des stagiaires sur le dos (supervisions, correction de la précision des gestes et de la posture)
- Évaluation des stagiaires sur le protocole entier, la posture et les mouvements
- Débriefings individuels pour chaque stagiaire
- Remise de l'attestation de fin de stage

Déroulé pédagogique - Formation massage TUINA VENTOUSE

Jour 1 :

Horaires	Contenus	Modalités Pédagogiques	Modalités d'Évaluation
09h00 - 10h00	Accueil des stagiaires + Tour de table Présentation générale du massage TUINA VENTOUSE Bienfaits/Contre-indications + déroulement séance type	Livret de formation + Présentation orale	Observation, Jeux de questions/réponses
10h00 - 10h15	Pause		
10h15 - 12h00	Démonstration sur la stagiaire puis pratique de la stagiaire <u>Partie visée</u> : Digito pression <u>Manoeuvres</u> : (méridiens :Gros intestin, Vaisseau conception ,Foie, Vessie ,Estomac, Rate ,Vésicule biliaire ce qui permet de rééquilibrer)	Démonstration pratique	Observation, feedback, corrections Grille d'évaluation de la pratique
12h00 - 13h00	Pause déjeuner		
13h00 - 14h30	Démonstration sur la stagiaire puis pratique de la stagiaire <u>Partie visée</u> : ventre <u>Manoeuvres</u> : -Drainante :(cercle , imposition , lissage, pression , compression) Application de ventouse	Démonstration pratique	Observation, feedback, corrections Grille d'évaluation de la pratique
14h30 - 14h45	Pause		
14h45 - 17h00	Révision sur la stagiaire puis pratique de la stagiaire <u>Partie visée</u> : Digito pression+ventre + ventouse	Démonstration pratique	Observation, feedback, corrections Grille d'évaluation de la pratique

Jour 2 :

Horaires	Contenus	Modalités Pédagogiques	Modalités d'Évaluation
09h00 - 09h15	Debriefing de la journée précédente, rappel des objectifs	Discussion en groupe	Observation de la compréhension, Jeux de questions/réponses
09h15 - 10h30	Révisions de la pratique de la veille	Démonstration pratique	Observation, feedback, corrections Grille d'évaluation de la pratique
10h30 - 10h45	Pause		
10h45 - 12h00	Démonstration sur la stagiaire puis pratique de la stagiaire <u>Partie visée</u> : Jambes avant <u>Manoeuvres</u> : -Drainante et minceur (lissage , pétrissage , percussion)	Démonstration pratique	Observation, feedback, corrections Grille d'évaluation de la pratique
12h00 - 13h00	Pause déjeuner		
13h00 - 14h30	Démonstration sur la stagiaire puis pratique de la stagiaire <u>Partie visée</u> : Jambes arrières <u>Manoeuvres</u> : -Drainante et minceur (lissage , pétrissage , percussion)	Pratique supervisée	Observation, feedback, corrections Grille d'évaluation de la pratique
14h30 - 14h45	Pause		
14h45 - 16h00	Révision sur la stagiaire puis pratique de la stagiaire <u>Partie visée</u> : Jambes avant + Jambes arrières	Démonstration pratique	Observation, feedback, corrections Grille d'évaluation de la pratique
16h00 - 17h00	Evaluation finale de la stagiaire sur massage complet en autonomie + QCM final + Remise des attestations de fin de formation	Pratique évaluée + QCM final	Observation, Jeux de questions/réponses + QCM théorique final + Remise des attestations