

Massage Bien être pour les Hommes

Un massage bien-être, pensée pour le corps et les besoins spécifiques des hommes, alliant pression, ferme et gestes enveloppant pour relâcher les tensions du quotidien et retrouver énergie et détente.

A accueillir dans votre carte de soins pour offrir à votre clientèle masculine un moment de calme et de reconnexion à soi, spécialement conçu pour eux !

DURÉE

16 heures • 2 jours

FORMAT

Intra-entreprise •
Présentiel*

GROUPE

1 à 4 personnes

PRÉREQUIS

aucun

Présentation

Le massage bien-être pour Homme est une approche du toucher adapté à une morphologie et à des besoins, souvent différent de ceux d'une clientèle féminine : pression, plus soutenue, geste, plus ample, attention particulière portée au dos, aux épaules, à la nuque et aux jambes, zones les plus sollicitées par le stress professionnel, la sédentarité ou l'activité sportive.

Sans dimension esthétique, ni promesse thérapeutique, ce massage vise avant tout la détente musculaire profonde et le relâchement des tensions nerveuses, dans une ambiance sobre et efficace.

Cette formation permet d'acquérir un protocole complet de l'accueil du client à la réalisation professionnelle du massage pour homme, pour répondre à une demande croissante en institut, en spa ou à domicile.

A accueillir dans votre carte de soins pour offrir à votre clientèle masculine un moment de calme et de reconnexion à soi...

Ce que cette formation t'offrira :

- Pour tes clients : c'est l'occasion de :
 - ° **Relâcher en profondeur les tensions musculaires**, accumulées par le stress professionnel..
 - ° **Rééquilibrer leurs énergies**
 - ° **Bénéficier d'un toucher adapté à leurs besoins**, avec une pression plus ferme et des gestes plus amples que dans un massage classique,
 - ° S'accorder un vrai moment de déconnexion, dans un cadre sobre et sans artifice, pensé pour eux,
 - ° **Retrouver légèreté, vitalité et mobilité**, grâce à un travail ciblé sur le dos, les épaules, la nuque et les jambes,
- Pour Toi :
 - ° **S'approprier un protocole complet et polyvalent**, adapté à une clientèle masculine encore peu ciblée par les instituts..

- ° **Maîtriser des manoeuvres profondes:** pressions, pétrissages, étirements; pour proposer un massage à la fois efficace et enveloppant,
- ° **Élargir sa clientèle** en répondant à une demande croissante , en institut, en spa ou à domicile,
- ° **T'enrichir d'un savoir-faire différenciant,** qui te démarque et fidélise une clientèle jusque là sous représentée.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le/la stagiaire sera capable de :

- Comprendre les spécificités d'un massage adapté à une clientèle, masculine,(morphologie, attentes, pudeur, pression)
- Identifier les indications et contre-indications propres à ce type de massage,
- Maîtriser l'accueil, l'installation et la communication adaptés à ce public,
- Réaliser les manoeuvres du protocole : pressions profondes, pétrissages, étirements sur le dos, les épaules, la nuque, les bras et les jambes,
- Adapter l'intensité et le rythme du massage selon la tolérance et les besoins exprimés,
- Enchaîner l'ensemble du protocole dans le respect du temps imparti,
- Adapter la durée et la tarification de la prestation selon le contexte professionnel,
- Clôturer la séance et conseiller le client sur la régularité des soins,

Public visé et prérequis

PUBLIC VISÉ	PRÉREQUIS
Professionnels du bien-être et de l'esthétique, personnes en reconversion professionnelle.	aucun

Durée et modalité d'organisation

- Durée : 16 heures, soit 2 jours
- Organisation : en présentiel (à confirmer), en intra-entreprise
- Taille du groupe : de 1 à 4 personnes

Déroulé / contenu de la formation

Séquence	Contenu détaillé	Durée	Méthode	Outils / supports	Objectif
Jour 1 - Matin	Accueil, objectifs et déroulé. Spécificités du massage bien être pour homme : morphologie, attentes, communication, gestion de la pudeur.	4 h	Apports théoriques, échanges	supports papier et ou numérique, table de massage, linge, huile de massage, tabouret,	Connaître les spécificités, les indications et contre-indications du massage

	Indications et contre-indications. Installation du client et ergonomie du praticien. Présentation des huiles ou produits adaptés (neutre, non parfumé). Début de démonstration du massage.				bien-être pour homme. Connaître les produits adaptés et visualiser les premières manœuvres du massage.
Jour 1 - Après-midi	Mise en pratique guidée en binôme ou sur modèle et corrections des gestes, manœuvres fondamentales: effleurages profonds, pressions glissées, pétrissages. Révision, feedback	4 h	Théorie + démonstration	supports papier et ou numérique, table de massage, linge, huile de massage, tabouret	Maîtriser les manoeuvres fondamentales (effleurages profonds, pressions glissées, pétrissage)
Jour 2 - Matin	Poursuite du protocole : technique d'étirements pour dénouer les tensions profondes, Mise en pratique guidée en binôme et correction des gestes. Révision, feedback	4 h	Démonstration, Pratique encadrée sur modèle ou en binôme	supports papier et ou numérique, table de massage, linge, huile de massage, tabouret	Maîtriser le reste du protocole (technique d'étirements..) du massage bien être pour les hommes,
Jour 2 - Après-midi	Mise en situation professionnelle complète, évaluation à chaud, bilan et attestations.	4 h	Pratique sur modèle ou en binôme, mise en situation réelle et évaluation	supports papier et ou numérique, table de massage, linge, huile de massage, tabouret	Maîtriser le protocole complet du massage bien être pour les hommes et validation des acquis

Modalités pédagogiques

- Formation en présentiel (à confirmer), en intra-entreprise
- Taille du groupe : de 1 à 4 personnes
- Apports théoriques (histoire, tradition, anatomie/énergétique) et démonstrations pratiques
- Mise en pratique encadrée du protocole du massage des pieds au Bol Kansu
- Support pédagogique écrit détaillé remis au stagiaire (book de formation)
- Quiz d'auto-évaluation

Modalités de suivi et d'évaluation des acquis

Suivi

- Feuilles d'émargement par demi-journée

Évaluation

- Mise en situation pratique : réalisation du protocole complet (durée 1 heure), observée et évaluée par le formateur
- Grille d'évaluation des acquis en fin de formation (« à chaud »), complétée par le/la stagiaire à l'issue des 2 jours
- Grille d'évaluation de l'impact de la formation (« à froid »), envoyée par email au stagiaire 1 mois après la formation
- Attestation de stage remise à l'issue de la formation

Tarifs

350 €

par jour et par personne
Formation individuelle

280 €

par jour et par personne
À partir de 2 apprenants

Modalités et délais d'accès

L'accès à la formation est conditionné à la complétion du dossier de candidature. L'ensemble des documents doit être retourné au minimum 5 jours avant le début de la formation.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

La formation est ouverte aux personnes en situation de handicap. Merci de contacter au préalable notre référente handicap afin d'étudier ensemble les adaptations nécessaires.

Référente handicap

Aurélie Milhau - 06 98 21 27 07 - contact@minibeaute-formations.com

Contact

Aurélie Milhau

06 98 21 27 07 - contact@minibeaute-formations.com

** Modalité présentielle à confirmer.*

Formateur :

Manuel Rianço - Intervenant Formateur

Massothérapeute, formateur, auteur et conférencier, Manuel Rianço possède plus de 15 années d'expérience dans la pratique et la transmission des techniques manuelles et corporelles.

Son parcours professionnel s'est construit autour du massage, du toucher et de différentes approches du corps, auxquelles s'ajoutent des expériences dans le domaine sportif et dans la formation professionnelle.

Il intervient aujourd'hui auprès de professionnels du massage et du bien être afin de transmettre son expérience, ses connaissances et son savoir-faire..

Dans le cadre de Mini Beauté Formations, Manuel Rianço intervient en qualité de formateur sous-traitant pour transmettre son expertise technique et accompagner les stagiaires dans leur apprentissage et leur pratique et participe à leurs évaluations, conformément aux objectifs et modalités pédagogiques définis dans les programmes de formations.

<https://manuelrianco.com>