

**MASSAGE CLASSIQUE PROFESSIONNEL**  
**160 heures**

- relaxant ou antistress ou apaisant
- amincissant ou anti-cellulite ou raffermissant
- tonique / énergétique
- sportif
- réflexologie plantaire
- Diplôme de Praticien(ne) en Massages

Les massages - un bienfait et une prophylactique

Les massages s'appliquent à des personnes en bonne santé du tout petit bébé à la personne âgée. Les massages sont une détente évidente et combattent le stress quotidien.

Pour montrer le sérieux du métier et nous différencier des masseurs et masseuses érotiques, nous avons opté pour le titre de praticien en massages. Les corps de métiers mentionnés ci-dessous emploient à temps partiel des masseurs : les fitness, les instituts de beauté, les piscines, les cliniques privées, les centres pour personnes âgées, les hôtels, les esthéticiennes.

Les cours de massages ne donnant droit à aucun titre reconnu dans le domaine des professions de la santé, nous attirons l'attention de l'élève intéressé que cette formation est exclue de toute activité relevant des professions médicales et qu'il lui est interdit de poser un diagnostic et de procéder à des actes thérapeutiques. Nous relevons toutefois que le diplôme délivré permet à l'élève sortant d'oeuvrer en tant qu'indépendant ; les massages faisant partie des thérapies naturelles donc prophylactiques.

**ACADMED 2015 Sàrl**

Carrer Riu Xuquer 34 - Urb. Monte Solana, 03750 Pedreguer / Alicante

**reactivopatia@gmail.com**

Ecole ASCA no 2189 / TecniSalud España / NaturaMed Portugal

B54879028

CONTENU ET OBJECTIFS DE FORMATION

**Massages en général Accueil  
Questions-Réponses**

**2 heures**

**Massage Classique  
Relaxant, Amincissant, Tonic/énergétique, sportif**

**50 heures**

**Introduction avec le Relaxant**

- Définitions
- Exercices de contact
- Position du praticien
- Apprendre le toucher de base

**La main :**

- Outil de contact et d'échange
- Le toucher et le ressenti

**Techniques :**

- L'huilage
- L'effleurage
- Le pétrissage doux
- L'étirement
- L'enveloppement

**Approfondissement avec le Massage Amincissant**

**Techniques :**

- L'huilage
- L'effleurage
- Le palper rouler
- Le pétrissage fort
- Le massage transversal profond
- Le massage en peigne
- L'étirement
- L'enveloppement

**Approfondissement avec le Massage Tonic/Energétique**

**Techniques :**

- L'huilage
- L'effleurage
- Les différents pétrissages
- Le mouvement du chat
- Le massage circulaire
- Le massage papillon

**Massage sportif**

Techniques :

- Le massage de 7 minutes avant d'entrer en sport
- Le massage après le sport
- Le massage lors de contractures

**Massage sur les****Différentes parties du corps :****40 heures**

- Dos
- Epaule
- Membre supérieur
- Fessier
- Membre inférieur
- Ventre
- Main
- Pied
- Visage

**Approfondissement des techniques apprises****30 heures**

- Meilleur ressenti
- Traitement en fonction des différentes disciplines
- Séance de traitement complet

**Réflexologie Plantaire****avec massage sur le corps des points tendus  
sous le pied****30 heures****Révision****8 heures**

\*\*\*\*\*

Juillet 2017 pour ASCA

[www.acadnat.ch](http://www.acadnat.ch)