



## **Massage vibratoire aux diapasons**

**Public** : Esthéticiennes : chefs d'entreprise ou salariés

**Maximum de participants** : 10

**Durée** : 2 journées de 7 heures soit 14 heures

**Date de la formation** : selon le calendrier ou sur demande.

**Lieu de formation** : PBA - 22 rue des Venêts – 92 000 – NANTERRE.

Tél : 01 47 24 10 10

**Présentation** : Technique moderne issue du travail de la relaxation coréenne. Soin relaxant et équilibrant réalisé par des techniques manuelles de pression palmaire, digitopression, vibrations palmaires et utilisation du diapason le long des méridiens. L'utilisation du diapason en complément permet d'avoir une vibration plus fine et plus régulière que la main, pour aller jusqu'au bout de la détente.

**Objectif** : Apprendre à masser le corps selon une technique traditionnelle manuelle de pression palmaire, digitopressions et vibrations palmaires en utilisant le diapason. Ce soin favorise l'harmonisation du corps, la diminution du stress, la décontraction musculaire, la relaxation et la détente. Connaître les techniques spécifiques du soin. Savoir accueillir la clientèle, vendre et conseiller ce soin.

Initiation à un protocole de 60 minutes.

Utilisation de supports pédagogiques.

Analyse des effets ressentis, étude de cas concrets.

### **DELIVRANCE D'UN CERTIFICAT DE FORMATION**

## PROGRAMME

### 1er jour

#### Matin

Les bienfaits : des pressions palmaires, de la digitopression, des vibrations manuelles et sonores du diapason qui permettent au corps et à l'esprit de s'accorder. C'est un soin qui apporte des bénéfices à la fois sur le plan mental, sur le plan physiologique, il se pratique en cure.

Présentation du modelage dans son intégralité par le formateur et son origine

Explication de la technique et théorie sur les vibrations

Les contre-indications

Les rappels anatomiques

#### Après-midi

Massage du buste et des membres supérieurs avec vibration du diapason sur le corps, sur des zones bien précises et à proximité.

Pression palmaire/ digitopression et vibrations palmaires sur les muscles des membres supérieurs, le long des méridiens. Puis utilisation du diapason sur les mêmes zones afin d'accentuer la détente et le relâchement musculaire.

### 2ème jour

#### Matin

Révision

Massage des membres inférieurs, face antérieure avec vibration du diapason sur le corps, sur des zones bien précises et à proximité.

Pression palmaire/ digitopression et vibrations palmaires sur les muscles des membres inférieurs, le long des méridiens. Puis utilisation du diapason sur les mêmes zones afin d'accentuer la détente et le relâchement musculaire.

#### Après-midi

Massage des membres inférieurs, face postérieure et du dos avec vibration du diapason sur le corps, sur des zones bien précises et à proximité.

Pression palmaire/ digitopression et vibrations palmaires sur les muscles des membres inférieurs de la face postérieure et sur le dos, le long des méridiens. Puis utilisation du diapason sur les mêmes zones afin d'accentuer la détente et le relâchement musculaire.

Manœuvres finales : pressions palmaire/ digitopression et vibrations palmaires sur la tête.

Répétition globale de la « chorégraphie » pour faciliter la mémorisation,

### **Examen final de formation en situation de soin**

Echange verbal, conseils pour l'entraînement et la pratique

### **Evaluation :**

Formative : par réponse aux documents écrit concernant la théorie et par Observation et correction du formateur pour la pratique.