

## FORMATION MASSAGE CALIFORNIEN

### Niveau 2

Durée 2 jours en présentiel

Après avoir consolidé vos compétences avec le niveau 1, poursuivez avec ce niveau avancé qui vous permettra de capitaliser vos acquis, approfondir vos connaissances et perfectionner vos techniques.

#### POUR QUI ?

- Professionnels du bien-être
- Personnes en reconversion ou en formation initiale
- Professionnels de la relation d'aide et de la santé
- Personnes souhaitant apprendre pour son mieux-être personnel

#### OBJECTIFS OPÉRATIONNELS / COMPÉTENCES VISÉES

- Acquérir les compétences du métier Praticien de Massages Traditionnel de Relaxation
- Être en capacité de réaliser un massage californien complet, apprendre le protocole et le restituer de manière fluide
- Être en capacité de réaliser un massage californien personnalisé d'une heure
- Développer son aisance autour de la table

#### LES PRÉREQUIS

Cette formation est ouverte à tous, sans limite d'âge.

Aucune connaissance préalable n'est requise.

#### MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Pédagogie active et participative, proposant une alternance d'apports théoriques, d'exercices pratiques, d'échanges, d'ateliers et de mises en situations.

- Un groupe WhatsApp est créé lors de cette formation pour un suivi pédagogique avec possibilité d'échanges de vidéos, d'expériences ou de questions lors de la mise en pratique des méthodes apprises lors de la formation
- Des groupes limités à 6 stagiaires maximum par formateur
- L'accompagnement personnalisé permettant à chacun de développer l'art du toucher
- Les temps d'apprentissages sont organisés autour d'alternances de démonstrations et d'expérimentations en binôme. Le formateur supervise, guide et ajuste la pratique
- Les exercices préparatoires, des techniques du transfert du poids du corps permet quant à elle d'acquérir une pratique relâchée et sans fatigue

#### LA MÉTHODE D'ÉVALUATION ET SUIVI D'EXÉCUTION

Coachlife Formation Version 1 - Mise à jour le 15/07/2024

Organisme de formation enregistré sous le numéro de déclaration d'activité 84730206873, auprès de la DREETS de Rhône Alpes.

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état, article L6352-12 du code du travail.

SIRET : 928 114818 00018 - Code APE : 7022Z - 32 Chemin du Sous Bois 73000 Barberaz - Tél : 04 56 29 52 16 email : [contact@coachlife.fr](mailto:contact@coachlife.fr)

- Une évaluation dite formative  
Elle est réalisée par le formateur en cours d'apprentissage, pendant le travail pédagogique et permet d'ajuster en permanence les actions pédagogiques aux besoins des participants.
- Une feuille d'émargement renseignée est à signer par le stagiaire et le formateur par demi-journée de formation

### LA VALIDATION DE LA FORMATION

Une attestation de présence sera délivrée à l'issue de chaque module de formation.

Pour obtenir l'attestation de formation, il est nécessaire d'être présent à toutes les journées de formation, de manifester une implication et une participation active.

Un certificat de validation des acquis sera délivré après une séance de supervision pendant le shiatsu niveau 2.

### CONTENU DE LA FORMATION

✓ Perfectionnement des gestes et postures pour le massage Californien et apprendre à optimiser son positionnement..

✓ Approfondir les gestes spécifiques à la technique du massage Californien pour un protocole de 60 à 90 minutes..

#### JOUR 1

- Accueil des participants, recueil des attentes
- Révision pratique des jambes et de l'abdomen (position sur le dos)
- Précautions préliminaires
- Démonstration des techniques de massages des bras, nuque, épaules, tête et cuir chevelu
- Mise en application des participants
- Démonstration des techniques de massages sur jambe et pied (décubitus ventral)
- Mise en application des participants

#### JOUR 2

- Révision pratique des bras, nuque, épaules, tête et cuir chevelu
- Révision pratique complète de l'ensemble de l'enchaînement
- Mise en application des participants
- Mise en situation et validation des compétences

Le programme comprend la mise en condition et préparation du praticien, telles que la concentration, la respiration, la posture, l'échauffement du corps. Une attention particulière est portée tout au long de la formation sur la posture et la sécurité du praticien ainsi que sur la sécurité et le respect de l'intimité du client.

## LES MODALITÉS

- Durée : 2 journées de 7 heures, soient 14H
- Horaires : 9H30-12H30 et 13H30-17H30
- Lieu : en inter, dans les locaux de Coachlife Formation ou en intra.
- Accessibilité
  - Nos formations peuvent être accessibles aux personnes en situation de handicap.
  - Chaque situation étant unique, nous vous demandons de nous contacter avant votre inscription. Nous pourrions ainsi vous détailler les possibilités d'accueil pour vous permettre de suivre la formation dans les meilleures conditions ou vous orienter vers les structures spécialisées
- Effectif : 2 à 8 personnes
- Date(s) : voir le calendrier de formation : <https://coachlife.fr/calendrier/>  
Délai d'accès : Inscription possible jusqu'à 48H avant la formation

## ATTESTATION DE FIN DE FORMATION

Une attestation mentionnant les objectifs et les compétences visées, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation sera remise au(x) stagiaire(s) à l'issue de la formation.

## COÛT DE LA FORMATION

Le prix public de la formation est de 320€ net (TVA non applicable selon l'article 293B des CGI), soit un coût horaire de 22.85€ net. Prise en charge formation professionnelle sur devis.

A l'expiration du délai de rétractation, un premier versement représentant 30% du coût total de la formation est à régler.

Le solde peut donner lieu à un échelonnement des paiements avec pour obligation que la totalité soit réglée avant le dernier jour de celle-ci.

## L'INTERVENANT

- **Emilie Daval** , praticienne spa, spécialisée en massages traditionnels.

## PERSONNE À CONTACTER

Roberto Van Nijnatten - Responsable pédagogique  
contact@coachlife.fr  
07 86 77 90 87