



En Présentiel

# MASSAGE DOS INSPIRE DU NÉPAL NIVEAU 1

## OBJECTIFS

A l'issue de cette journée vous aurez la connaissance des termes techniques en massage du dos. Vous serez capable d'être en condition optimale et de réaliser un massage du dos complet d'une durée de 30 minutes. vous aurez des connaissances aussi bien théoriques que pratique

## PUBLIC

professionnel de l'esthétique ou autre particulier  
prérequis : aucun  
effectifs minimum 3 personnes  
maxi 10 personnes

## TARIF

129 euros TTC (non soumis à TVA) par personne

## DUREE ET LIEU

🕒 Une journée de 7 heures  
de 9 h 00 à 17 heures pause repas 1 heure

📍 Domaine de la Tour Emeraude  
75 rue de Saint André 14123 Fleury sur Orne

✉ contact@emeraudeformations.com

☎ 06.50.41.41.71 02.31.34.83.82

🆔 N° NDA 281404545514

## INTERVENANT

Madame Lecointre Noémie, titulaire d'un brevet de maîtrise en esthétique, praticienne en massages du monde  
8 ans d'expériences en SPA.

## MODALITES D'INSCRIPTION

Minimum 15 jours avant le début de la formation soit directement par mail ou à l'accueil du centre

## METHODE ET MOYENS PEDAGOGIQUE

Support book de formation vidéos  
Démonstration et exécution immédiate des manœuvres apprises en binômes  
matériels fournis tables huiles serviettes peignoirs

## ACCESSIBILITE HANDICAPEE

Nous contacter pour tous problèmes d'accessibilité et nous examinerons ensemble les possibilités

## CONTENU DE LA FORMATION LE PROGRAMME

### INTRODUCTION

Présentation du formateur et des participants  
Explication sur le déroulé de la journée

### MODULE 1 : la mise en condition du masseur

Exercices corporels échauffement : routine énergétique.

La respiration : les fondamentaux, cohérence cardiaque  
explication et mise en pratique.

Le positionnement du masseur : les fondamentaux  
démonstration et mise en pratique

### MODULE 2 : théorie

Anatomie : les muscles principaux au niveau du dos

Lexique du masseur : connaître le nom  
des manœuvres et démonstration.

Book de formation : prise de connaissance du protocole

Préparation : Installer sa cabine les règles d'hygiène

### MODULE 3 : pratique

Démonstration de chaque manœuvres sur un modèle,  
et mise en application par binôme

### MODULE 4 : pratique

Réalisation du massage du dos dans sa globalité  
pour chaque binôme et évaluation.

### EVALUATION

Evaluation des processus tout au long de la journée après  
chaque séquence mise en pratique et auto évaluation

Questionnaire - Tour de table - Evaluation final