

Massage balinais

PROGRAMME DE FORMATION · FLORIANNE MAHDI

ORGANISATION

2 jours | 16 heures · 660 € pour la formation complète

Présentiel, individuel ou groupe · 8 heures pédagogiques par jour, hors pauses.

10 B rue François Adrien Boieldieu, 34500 Béziers

Dates : 9 et 10 novembre 2026 ; 17 et 18 janvier 2027.

Horaires détaillés et conditions pratiques précisés dans la convocation.

PRÉSENTATION

Formez-vous à un massage de bien-être inspiré des techniques balinaises, associant gestes enveloppants et travail rythmé. Florianne vous guide dans l'apprentissage des séquences, le dosage des pressions et la coordination du praticien. Vous construisez un protocole progressif adapté aux attentes, au confort et aux limites de la personne accueillie.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier les particularités du massage balinais de bien-être.
- Préparer et adapter l'installation et les gestes au confort de la personne.
- Coordonner effleurages, pétrissages et pressions adaptées.
- Réaliser un protocole complet et expliquer le cadre de la prestation.

PUBLIC

Professionnelles de l'esthétique et du bien-être, praticiennes en massage ou personnes en reconversion souhaitant développer une pratique de bien-être non médicale.

PRÉREQUIS

Comprendre le français et pouvoir participer aux exercices pratiques. Entretien préalable pour vérifier les besoins et l'adéquation du projet ; aucune compétence médicale n'est délivrée.

ACCÈS ET INSCRIPTION

Inscription après analyse des besoins et vérification des places disponibles. Contacter Eve In Com pour le délai applicable au dossier et à un éventuel financement ; une demande ne garantit pas une prise en charge.

ACCESSIBILITÉ

Les besoins spécifiques sont étudiés avant l'inscription afin d'évaluer les adaptations possibles du lieu et des modalités pédagogiques. Contact : Eve Mory, 06 85 60 93 85, contact@eveincom.fr.

Massage balinais

PROGRAMME DE FORMATION · FLORIANNE MAHDI

DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

Jour 1 - 2 h · Accueil et cadre de pratique

Origines et caractéristiques du massage ; limites non médicales, précautions, consentement et entretien préalable. Installation et hygiène.

Jour 1 - 2 h · Gestes et posture

Démonstration des gestes de base, ergonomie et transfert du poids. Dosage de la pression et coordination.

Jour 1 - 2 h · Apprentissage par zones

Pratique guidée sur le dos et les membres inférieurs. Respect de la pudeur et observation des réactions du modèle.

Jour 1 - 2 h · Premiers enchaînements

Répétition des séquences, fluidité et corrections individualisées. Préparation à l'assemblage du protocole.

Jour 2 - 2 h · Révision et approfondissement

Reprise des gestes, réglage des appuis et adaptation du rythme.

Jour 2 - 2 h · Séquences complémentaires

Travail des bras, mains et zones adaptées au protocole ; transitions et changements de position.

Jour 2 - 2 h · Protocole complet

Séance complète accompagnée, gestion du temps et qualité du contact. Retours de pratique.

Jour 2 - 2 h · Évaluation et mise en activité

Mise en situation observée, bilan des acquis et plan d'entraînement. Présentation du massage dans une offre de bien-être.

MÉTHODES & RESSOURCES

Démonstrations par la formatrice, exercices progressifs et pratique supervisée. Retours individualisés, support pédagogique et grille d'observation. Organisation des modèles, du matériel et de la pratique confirmée avant la session.

ÉVALUATION

Positionnement initial et questions de vérification des connaissances. Observation des gestes, de la posture, de l'hygiène, de la communication et du respect du confort lors d'une mise en situation. Bilan individuel en fin de formation.

SANCTION DE LA FORMATION

Formation non certifiante : aucune certification RNCP ou Répertoire spécifique n'est annoncée. Une attestation de réalisation est remise à l'issue de la formation.