

Organisme de formation :
Séphora Weissmuller
1 Rue Bossuet
31400 Toulouse
06 23 36 90 52
weissmuller.sephora@gmail.com
Siret : 51820348400069
N° activité : 76110161111
APE : 8532Z



Formation Massage Dominicain

Programme de formation

Description :

Le massage Dominicain est un modelage bien-être complet, rythmé et enveloppant inspiré de l'ambiance chaleureuse et dynamique des Caraïbes.

Ce massage associe des gestes fluides, des manœuvres enveloppantes et des techniques réalisées à l'aide des mains, des avant-bras et des coudes afin de procurer une profonde sensation de détente et de bien-être.

Les manœuvres sont réalisées dans un rythme harmonieux inspiré des musiques caribéennes apportant une sensation d'évasion, de chaleur et de relaxation.

Le protocole alterne des techniques dynamiques et enveloppantes favorisant une agréable sensation de légèreté, de confort corporel et de lâcher-prise.

Cette technique s'inscrit exclusivement dans une démarche de bien-être et ne présente aucun caractère thérapeutique, médical ou paramédical.

Manœuvres étudiées pendant la formation

- Lissages fluides et enveloppants
- Pressions progressives et harmonieuses
- Techniques réalisées avec les mains, les avant-bras et les coudes
- Gestes dynamiques et rythmés
- Techniques enveloppantes du dos, des jambes, des bras et du ventre
- Mouvements fluides inspirés du rythme caribéen
- Gestes drainants et enveloppants
- Techniques de relaxation du visage et du crâne
- Enchaînements harmonieux des différentes séquences du massage
- Travail du rythme, de la fluidité et de la posture professionnelle
- Adaptation de l'intensité et de la pression selon les zones du corps et le confort du modèle

Effets recherchés et bienfaits de la technique

- Procurer une profonde sensation de détente et de relaxation
- Favoriser le bien-être et le lâcher-prise
- Offrir une expérience sensorielle dynamique et enveloppante
- Apporter une sensation de confort et de légèreté corporelle
- Favoriser le relâchement des tensions liées au quotidien
- Créer un massage rythmé, chaleureux et relaxant

Spécificité du massage Dominicain

Le massage Dominicain se distingue par son rythme inspiré des musiques caribéennes et par l'utilisation combinée des mains, des avant-bras et des coudes.

Cette technique alterne des gestes fluides, dynamiques et enveloppants afin de proposer un massage chaleureux, harmonieux et profondément relaxant.

Objectifs de la formation :

- Apprendre un protocole complet de massage Dominicain.
- Maîtriser les techniques, la gestuelle et les manœuvres spécifiques du massage Dominicain.
- Développer la dextérité gestuelle et la fluidité des enchaînements.
- Apprendre à utiliser les mains, les avant-bras et les coudes selon les différentes zones du corps.
- Adapter l'intensité, le rythme et les manœuvres selon les besoins du modèle tout en garantissant son confort et son bien-être.

Profils des stagiaires :

- Esthéticien(nes).
- Toute personne issue du bien-être.
- Les personnes qui souhaitent se reconverter professionnellement.

Prérequis :

Aucun prérequis.

Modalités et délais d'accès :

L'accès à nos formations peut être initié par l'employeur et/ou à l'initiative du stagiaire. Pour toute demande, contactez-nous :

06 23 36 90 52

weissmuller.sephora@gmail.com

Nous nous engageons à répondre sous 72 heures à toute demande.

La date de début de formation est fixée en concertation selon les disponibilités du stagiaire et du formateur.

Les inscriptions doivent être effectuées au minimum deux semaines avant le début de la session.

Le délai moyen d'accès à la formation est d'environ un mois, selon la planification et les formalités administratives.

Si la formation nécessite des prérequis, nous nous assurerons également que vous les remplissiez par un audit téléphonique.

Un questionnaire est envoyé par mail avant la formation pour évaluer vos besoins et adapter la formation à votre profil.

Weissmuller Séphora - Siège : 1 Rue Bossuet, 31400, Toulouse- Siret : 51820348400069 - APE : 8532Z –
weissmuller.sephora@gmail.com

Tel : 0623369052– Organisme de formation professionnelle continue - NDA N°76110161111 – V3.0 – 07/05/2026

Durée de la formation :

La formation a une durée de 16h soit 2 jours.

Lieu de la formation :

Les formations se déroulent au centre SW Formation – 36 avenue de Gameville, 31650 Saint-Orens-de-Gameville proche de Toulouse.

L'organisme peut également se déplacer dans les instituts, spas et cabinets de bien-être à partir de deux stagiaires inscrits.

Accessibilité :

Merci de nous signaler toute situation de handicap ou besoin spécifique avant l'entrée en formation afin d'étudier ensemble les possibilités d'adaptation pédagogiques, techniques ou organisationnelles nécessaires.

Un échange individuel sera réalisé afin d'évaluer les aménagements envisageables et de garantir un accueil dans les meilleures conditions possibles.

Référent handicap : Séphora Weissmuller

06 23 36 90 52

weissmuller.sephora@gmail.com

Coût de la formation : 560 €

Nombre de stagiaires : 6 stagiaires maximum

Responsable de l'action de formation : Weissmuller Séphora

Moyens techniques et pédagogiques :

- Pédagogie active et participative alternant théorie et pratique.
- Démonstration par la formatrice suivie de la mise en pratique progressive par les stagiaires.
- Alternance entre théorie et pratique.
- Support pédagogique complet avec théorie et protocole détaillé.
- Mise à disposition de tout le matériel professionnel nécessaire au bon déroulement de la formation.
- Travail en binôme afin de favoriser l'intégration des techniques.
- Musique caribéenne et ambiance propice à la détente et à l'évasion.

Moyens d'encadrement de la formation :**Stagiaires :**

- Évaluation à chaud et fiche de réclamation pour tout retour ou difficulté.

Formateur :

- 22 ans d'expérience dans le bien-être et l'esthétique.
- 18 ans d'expérience dans la formation professionnelle.
- Réflexologue certifiée, diplômée des écoles EIR et REF Formation.
- Point en amont de la formation avec restitution du besoin client.
- Accompagnement individualisé tout au long de la formation.

Validation des acquis :

- Réalisation du protocole complet selon une grille d'évaluation détaillée portant sur la posture professionnelle, la précision technique, la fluidité des gestes, l'adaptation de la pression et le respect du protocole.
- Certificat remis après validation des acquis.
- Fiche de présence émarginée pour chaque demi-journée.
- Questionnaire de satisfaction à chaud complété en fin de session.

Programme détaillé par demi-journée :

Jour 1 – Matinée :

- Accueil des stagiaires, présentation des parcours, recueil des attentes et présentation des objectifs de la formation.
- Théorie sur le massage Dominicain : bienfaits, indications, contre-indications, huiles utilisées pendant le massage, posture du praticien et préparation du poste de travail.
- Présentation des différentes manœuvres spécifiques du massage Dominicain.
- Démonstration et pratique du massage du dos.
- Travail de la fluidité, du rythme et de l'intensité des manœuvres.
- Signature de la feuille de présence.

Jour 1 – Après-midi :

- Développer la dextérité gestuelle et la précision des manœuvres spécifiques du massage Dominicain.
- Démonstration et pratique du massage des jambes face postérieure.
- Travail musculaire et drainant sur les jambes et les fessiers.
- Révision générale du massage de la face postérieure.
- Corrections individualisées et accompagnement personnalisé.
- Échanges pédagogiques et bilan de fin de journée.
- Signature de la feuille de présence.

Jour 2 – Matinée :

- Révision générale du massage de la face postérieure et correction des gestes techniques.
- Démonstration et pratique du massage des jambes face antérieure.
- Démonstration et pratique du massage des bras et du ventre.
- Travail du rythme et des enchaînements afin de conserver la fluidité du massage.
- Adapter la pression et l'intensité selon les différentes morphologies.
- Signature de la feuille de présence.

Jour 2 – Après-midi :

- Démonstration et pratique du massage du visage et du crâne.
- Révision générale du massage complet.
- Mise en situation professionnelle et contrôle des connaissances techniques concernant le massage Dominicain dans sa totalité.
- Mise en œuvre d'un enchaînement fluide des techniques dans le respect du confort du modèle et du temps imparti.
- Évaluation pratique individuelle selon la grille d'évaluation de la formation et conseils personnalisés.
- Conclusion, bilan collectif et prise en compte des appréciations.
- Remise du certificat de formation.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.
- Signature de la feuille de présence.

Réclamations :

Pour toute réclamation, aléas ou difficultés rencontrés pendant la formation, veuillez nous contacter par téléphone, à l'adresse e-mail ou postale ci-dessus.