

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 aux pierres chaudes****Programme de formation****Description :**

Le massage aux pierres chaudes est un massage bien-être utilisant des galets volcaniques chauffés procurant une profonde sensation de détente et de relaxation.

L'alternance entre les manœuvres manuelles et l'utilisation des pierres chaudes permet d'apporter confort, relâchement et bien-être tout en créant une expérience enveloppante et sensorielle.

Le protocole associe lissages, mouvements fluides et techniques relaxantes réalisées avec les pierres chaudes sur l'ensemble du corps.

Ce massage procure une agréable sensation de chaleur, de détente et de confort corporel.

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 manuels préparatoires
- Techniques de glissé avec les pierres chaudes
- Mouvements fluides et enveloppants
- Pressions douces avec les galets chauffés
- Gestes relaxants et sensoriels
- Techniques de détente du dos, des jambes, des bras et du décolleté

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

- Enchaînements entre techniques manuelles et utilisation des pierres chaudes
- Travail du rythme, de la fluidité et de la posture professionnelle
- Adaptation de la température, de la pression et du rythme selon les zones du corps et la sensibilité du modèle

Travail des pierres chaudes

- Découverte des pierres volcaniques utilisées pendant le massage
- Apprentissage de l'utilisation de l'appareil chauffant
- Gestion de la température des pierres
- Prise en main des galets et fluidité des déplacements sur le corps
- Coordination entre techniques manuelles et utilisation des pierres chaudes
- Adaptation du rythme et du confort thermique selon le 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 chaleureuse et enveloppante
- Aider à relâcher les tensions et le stress
- Apporter confort et relaxation corporelle
- Favoriser une agréable sensation de chaleur et de bien-être global

Objectifs de la formation :

- Adopter une posture professionnelle et une ergonomie de travail adaptées à la pratique du massage aux pierres chaudes.
- Maîtriser les techniques, la gestuelle et les manœuvres spécifiques du modelage aux pierres chaudes.
- Réaliser un protocole structuré de massage aux pierres chaudes en respectant les différentes séquences du soin.
- Gérer le rythme, la durée et l'enchaînement des manœuvres du protocole.
- Garantir la sécurité, le confort et le bien-être du modèle tout au long du massage.

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.

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 ou 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

0623369052

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.
- Démonstration par la formatrice et mise en pratique du stagiaire par séquences.
- Alternance entre la théorie et la pratique.
- Support pédagogique complet (théorie, protocole détaillé et repères posturaux).
- Musique relaxante et environnement propice à la détente.
- Pratique par binôme.
- Appareil et pierres chaudes à disposition des stagiaires.

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.
- Entretien préalable permettant d'analyser les besoins et d'adapter la formation au profil du stagiaire.

Validation des acquis :

- Réalisation du protocole complet selon une grille d'évaluation détaillée portant sur la posture professionnelle, la précision technique, la fluidité des manœuvres et le respect du protocole.
- Fiche de présence émargée 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 aux pierres chaudes : historique, bienfaits, indications et contre-indications, gestuelle spécifique, huiles végétales utilisées pendant le massage, posture du praticien et préparation du poste de travail.
- Présentation et utilisation de l'appareil chauffant ainsi que des pierres chaudes.
- Démonstration et pratique de la première partie du massage : jambes face postérieure.
- Signature de la feuille de présence.

Jour 1 – Après-midi :

- Développer la dextérité gestuelle et la précision des manœuvres spécifiques du massage aux pierres chaudes.
- Démonstration et pratique de la deuxième partie du massage : le dos.
- Révision générale de la face postérieure.
- Démonstration et pratique du massage sur les jambes face antérieure.
- Échanges pédagogiques et bilan de fin de journée.
- Signature de la feuille de présence.

Jour 2 – Matinée :

- Révision complète des séquences apprises et correction des gestes techniques.
- Démonstration et pratique du massage du ventre, des bras et du décolleté/crâne.
- Révision générale de la face antérieure.
- Adapter le rythme, la posture et l'intensité des manœuvres selon les différentes zones travaillées.
- Signature de la feuille de présence.

Jour 2 – Après-midi :

- Révision générale du massage complet.
- Réalisation du protocole complet du massage aux pierres chaudes en autonomie supervisée.
- 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.
- Bilan collectif, questionnaire de satisfaction et clôture de la formation.
- 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.