

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 Sarasvati

Programme de formation

Description :

Le massage Sarasvati est un massage bien-être d'inspiration ayurvédique centré sur la zone du ventre.

Ce massage doux, enveloppant et relaxant utilise des manœuvres fluides et progressives permettant de favoriser une sensation de détente, de confort et de relâchement de la zone ventrale.

Le protocole associe différentes techniques manuelles relaxantes afin d'apporter une sensation de légèreté, de bien-être et de relaxation profonde.

Le massage Sarasvati aide à relâcher les tensions liées au stress et favorise un véritable moment de détente 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

- Techniques de prise de contact et d'installation du modèle
- Lissages doux et enveloppants du ventre
- Mouvements circulaires et fluides
- Pressions progressives et relaxantes
- Gestes enveloppants favorisant le relâchement du ventre
- Techniques de détente et de relaxation de la zone ventrale
- Enchaînements fluides et harmonieux des différentes séquences du massage
- Travail du rythme, de la posture et de la fluidité gestuelle
- Adaptation de la pression selon la sensibilité et le confort du modèle

Effets recherchés et bienfaits de la technique

- Procurer une profonde sensation de détente et de relaxation
- Favoriser le lâcher-prise et le bien-être global
- Aider à relâcher les tensions liées au stress
- Apporter une sensation de confort et de légèreté au niveau du ventre
- Favoriser une relaxation physique et mentale
- Offrir un moment enveloppant et réconfortant

Objectifs de la formation :

- Adopter une posture professionnelle et une ergonomie de travail adaptées à la pratique du massage Sarasvati.
- Maîtriser les techniques, la gestuelle et les manœuvres spécifiques du massage ventral Indien.
- Réaliser un protocole structuré de massage Sarasvati 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.

Spécificité du massage Sarasvati

Le massage Sarasvati se distingue par un travail spécifique centré sur la zone ventrale à travers des gestes doux, fluides et enveloppants inspirés des traditions ayurvédiques de bien-être.

Cette technique privilégie une approche relaxante et progressive favorisant le confort, le relâchement et la détente globale.

Profils des stagiaires :

- CAP Esthétique-Cosmétique.
- 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 8 heures soit 1 jour.

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

06 23 36 90 52

weissmuller.sephora@gmail.com

Coût de la formation : 280 €

Nombre de stagiaires : 4 stagiaires maximum

Responsable de l'action de formation : Weissmuller Séphora

Moyens techniques et pédagogiques :

- La pédagogie sera 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 avec théorie et pratique.
- Musique relaxante.
- Pratique par binôme.

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

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

Formateur :

- Formatrice ayant 22 ans d'expérience dans le domaine du bien-être et de l'esthétique.
- Formatrice ayant 18 ans d'expérience dans la formation dans le domaine de l'esthétique et du bien-être.
- Réflexologue certifiée de l'école 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 dans son intégralité 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.
- Questionnaire de satisfaction complété par les stagiaires à chaud.

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 ventral Sarasvati : historique, effets du massage, indications, contre-indications, gestuelle spécifique, huiles végétales utilisées pendant le massage, posture du praticien, matériel nécessaire et découverte des doshas.
- Démonstration et pratique de la prise de contact et de la première partie du massage.
- Démonstration et pratique de la deuxième partie du massage.
- Révision générale.
- Signature de la feuille de présence.

Jour 1 – Après-midi :

- Développer la dextérité gestuelle et la précision des manœuvres spécifiques du massage Sarasvati.
- Démonstration et pratique de la dernière partie du massage du ventre.
- Pratique du massage complet.
- Révision générale du protocole.
- Réalisation du protocole complet en autonomie supervisée.
- 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.