

Programme détaillé

Durée :

3 jours / 21 h

Objectifs pédagogiques :

- Accueillir et installer le massé dans un cadre sécurisant et respectueux.
- Ajuster sa posture et sa respiration afin de préserver son corps et son énergie.
- Développer une prise de contact juste, consciente et profonde.
- Réaliser un massage de détente global d'environ 1h.

Public :

Stagiaire inscrits dans le cursus Praticien en Toucher Reliant

Contenu pédagogique :

Posture corporelle & respiration

Ajuster sa posture, ses appuis et sa stabilité

Qualité du contact et toucher conscient

Développer une prise de contact juste, consciente et sécurisante

Notion d'appuis et de stabilité, de respiration

s

Pré-requis :

Avoir suivi L'initiation à l'Art du massage Et Massage Californien

Sanction de formation:

Attestation de formation

Pratique du massage

Ajustement du protocole appris en Californien pour masser environ 1h,.

Techniques intégrées

Massage californien, Toucher Conscient

Intervenants :

Carine MICHEL

Démarche et méthodes pédagogiques :

- Démarche **active, centrée sur l'apprenant qui « agit ».**
- Méthodes :
 - **active**, fait appel à l'expérience et l'expérimentation, à la répétition, à la mise en pratique par les apprenants.
 - **participative**, basée sur le questionnement et les échanges des participants

Techniques et outils :

Alternance des techniques suivantes : brefs exposés, échanges, démonstration, mises en application...
Supports pédagogiques : Support papier

Modalités d'évaluation :

- En amont : évaluation du niveau des participants et recueil des attentes et besoins par un entretien
- Evaluation formative en cours de module : exercices - cas pratiques
- Evaluation des acquis : mise en situation, séance supervisée
- Evaluation de la satisfaction, à chaud