

les nouvelles esthétiques

**7 AVENUE STEPHANE MALLARME
75017 PARIS
SIRET 59200583900010**

PROGRAMME FORMATION

Dates : Jeudi 23 octobre 2025

Formatrice : Carole Berger

Masseuse et formatrice en massages, spécialiste reconnue du massage hawaïen Lomi Lomi, des massages tissus profonds et de la posturologie.

Diplômée de l'académie de massage d'Hawaï (Big Island) et de l'institut d'acupression de Berkeley, Californie. Membre HLA (Hawaiian Lomilomi Association).

Titre : La posturologie du massage – Niveau avancé

Durée : 1 jour • 7 heures

Type de formation : Présentiel collectif

Descriptif du protocole – Objectifs

Durant cette journée de formation, nous nous concentrerons essentiellement sur la pratique avec quelques rappels nécessaires du fonctionnement articulaire et musculaire. L'observation directe et les corrections de posture permettront d'améliorer l'espace de confort de chacun et de trouver un bénéfice direct à cette journée de « rafraîchissement » des connaissances et des règles de la biomécanique.

Cette journée très interactive (exercices pour valider individuellement chaque point, questions-réponses, tableau des douleurs rencontrées par chaque stagiaire ...) doit être le point de départ d'une nouvelle approche de son métier de masseur. Pour chaque atelier, nous partirons de la pratique des stagiaires.

Objectifs pédagogiques

- Découvrir, par l'observation directe, les corrections de posture nécessaires.
- Revoir les techniques corporelles, permettant de travailler efficacement sans user le corps.
- Utiliser à bon escient la respiration : un atout indispensable.
- Maîtriser les règles de base d'une bonne posture de massage.
- Développer ses compétences dans le domaine du bien-être.

Public et pré-requis

Une expérience du massage est obligatoire. Cette formation est accessible aux professionnels de l'esthétique et du spa, aux professionnels de santé.

Déroulement pédagogique

1^{er} jour

Matinée : un tronc commun.

Comprendre son corps avant une mise en application dans le massage.

Accueil et échanges autour des ressentis habituels.

Révision des connaissances de base pour la biomécanique : squelette-articulations-muscles et tendons. La pratique du massage en théorie.

Les principes de la biomécanique appliqués au massage : des règles de base :

En position statique : la posture juste, le centre de gravité, position du tronc et des articulations de la ceinture scapulaire, le dos, les jambes.

En position dynamique : l'utilisation du poids du corps et de la respiration, découverte du concept des lignes de force.

Après-midi : le corps en mouvement : mise en pratique

Trouver le geste et le mouvement efficace : Partir de la pratique des stagiaires : Quels gestes sont à éviter ? peut-on les changer / améliorer : EXPERIMENTATION.

Renforcement musculaire et exercices de stretching.

Bilan : questions/réponses

Evaluation, débriefing et délivrance du certificat de stage

Modalités techniques et pédagogiques

La formation est théorique et pratique.
Alternance de démonstrations et d'ateliers pratiques guidés par le formateur.
Du matériel professionnel est mis à disposition lors de la formation
Remise d'un support de formation.
Pratique en binôme et mise en situation pratique individuelle.

Suivi et moyens d'évaluation

Une grille d'évaluation individuelle permet d'évaluer chaque stagiaire en préalable de l'entrée et en fin de formation.
Des ateliers pratiques tout au long de l'apprentissage ainsi qu'une mise en situation pratique individuelle en fin de formation permettent par ailleurs de valider l'acquisition des compétences techniques et pratiques du stagiaire.
Une attestation de suivi de formation est remise à chaque stagiaire en fin de formation.

Indicateurs de résultats

En raison de sa nouveauté, il n'existe pas encore de taux de satisfaction.

Tarif

Le prix de la formation est de 250 €.

Le tarif indiqué comprend :

- La formation de 7 heures
- La délivrance d'une attestation de formation en fin de formation
- La remise d'un support papier.

Le petit déjeuner vous est offert. Le déjeuner reste à votre charge.

Inscription / Financement

Cette formation peut faire l'objet d'une prise en charge intégrale ou partielle auprès des organismes collecteurs auxquels vous cotisez annuellement : FAFCEA, AFDAS, AGEFICE, FORMIRIS, OPCO EP, FAFIH, FIF PL, AKTO...

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 75 53507 75. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

Pour faciliter le financement de votre formation, un paiement en 2, 3 ou 4 fois (sans frais) est possible sur simple demande. Contactez Alexandra au 01 43 80 71 21 pour plus d'informations.

Pour recevoir un bulletin d'inscription, contactez Alexandra par email : alexandra@nouvelles-esthetiques.com

Pour régler votre formation :

- Paiement en ligne par carte bancaire – 100 % sécurisé.
- Paiement en espèces, sur place.
- Paiement par virement. Pour recevoir notre RIB IBAN : alexandra@nouvelles-esthetiques.com

Modalités et délais d'accès

Le stagiaire est considéré inscrit après validation de l'entretien avec la responsable de formations.
L'inscription à la formation peut être effectuée à tout moment, selon les places restant disponibles*.

*NB : Effectif minimum : 4 stagiaires - Effectif maximum : 12 stagiaires

Lieu & Accès

Siège Social
Les Nouvelles Esthétiques Spa
7 avenue Stéphane Mallarmé
75017 Paris

Sortie périphérique : Porte Champerret

Métro 3 : Porte Champerret
RER C : Gare de Pereire Levallois
BUS : 84, 92, 93, 164, 165, PC

Besoin d'un hôtel ? Nous sommes partenaires de l'hôtel Héliopolis de la Porte Champerret. Pour réserver en ligne, cliquez ici <https://champerret-heliopolis-paris-hotel.com/fr/> ou contactez Thierry au 01 47 64 92 56 (n'hésitez pas à préciser que vous venez de notre part).

Besoin d'un resto ? Notre restaurant partenaire : La Chope Champerret, 143 Av. de Villiers, 75017 Paris. Demandez Yannick au 01 43 80 80 64 (n'hésitez pas à préciser que vous venez de notre part).

Accessibilité aux personnes handicapées

Dans le cadre de nos formations, nous pouvons accueillir des personnes présentant un handicap. Suivant la forme et la nature de ce dernier, nous sommes en mesure de vous proposer des adaptations. Afin de répondre au mieux à votre demande nous vous invitons à nous contacter directement par email à l'adresse suivante alexandra@nouvelles-esthetiques.com ou par téléphone au 01 43 80 71 21. Si vous avez besoin d'une compensation ou adaptation pour le contenu, les supports, le «lieu», le matériel utilisé, les horaires, le rythme, nous sommes à votre écoute.

Horaires

Ouverture de la salle de formation : 9 h 15

Début de la formation : 9 h 30

Pause déjeuner : 13 h 00 à 13 h 30

Fin de la formation : 17 h 00

Contact

Pour tout renseignement sur la formation, aide à la constitution de votre dossier de prise en charge ou validation de votre inscription, contactez Alexandra au 01 43 80 71 21 - par email : alexandra@nouvelles-esthetiques.com

Réclamation

Pour toute réclamation, contactez Alexandra au 01 43 80 71 21 – par email : alexandra@nouvelles-esthetiques.com

Pour la sécurité de notre clientèle, notre centre de formation respecte les mesures sanitaires en vigueur (cf. gouvernement).

les nouvelles
esthetiques
spa
7 av. Stéphane Marmé
75017 Paris
Tél. : 01 43 80 06 47 – Fax : 01 43 80 83 63
www.nouvelles-esthetiques.com

Guilho Alexandre
Responsable Formations

Mise à jour le 11 juillet 2025