

Modelage Amma Assis

PRÉSENTIEL**SUR-MESURE****INTER ENTREPRISE**

Objectif de formation

A l'issue de la formation, les participant(e)s auront la capacité de mettre en application le protocole de modelage sur un temps imparti en veillant à sa posture et ses gestes ainsi que de le conseiller et le vendre.

Programme

Le modelage Amma Assis est une technique de massage japonaise traditionnelle qui se pratique sur une chaise ergonomique spécialement conçue pour cet usage. Ce type de massage, souvent effectué habillé et sans huile, combine des techniques de pressions, d'étirements, de percussions et de frictions.

Le mot "Amma" provient des termes japonais "An" et "Mo", qui signifient respectivement "calmer par le toucher" et "frotter". Le Amma Assis puise ses racines dans des méthodes ancestrales de relaxation et de bien-être développées en Asie, notamment au Japon et en Chine.

Le Amma Assis se concentre principalement sur le dos, les épaules, la nuque, les bras, les mains et la tête. Ces zones sont souvent sujettes à des tensions dues à la posture, au stress et aux activités quotidiennes.

Jour 1 : Introduction, Anatomie et Techniques de Base

Introduction et Connaissance de l'Anatomie

- **Introduction au modelage Amma Assis:** histoire et origine du Amma Assis. Bienfaits et indications générales du Amma Assis.
- **Connaissance de l'anatomie du corps humain:** étude des principales structures anatomiques pertinentes pour le massage (muscles, os, nerfs). Importance de l'anatomie pour une exécution correcte des manœuvres.

Connaissances des indications et contre-indications du massage

- Étude des situations où le Amma Assis est recommandé ou à éviter.
- Discussion sur les adaptations nécessaires en fonction des besoins des clients.

Techniques de Base et Sensibilité Tactile

- **Découverte des différentes manœuvres du protocole:** présentation des techniques de base (pressions, étirements, percussions, frictions). Démonstration des manœuvres sur un modèle.
- **Se familiariser avec le toucher et ajuster la pression:** exercices pratiques en binôme pour développer la sensibilité tactile et ajustement de la pression en fonction des zones massées et des retours des partenaires.

Jour 2 : Perfectionnement, Posture et Intégration Professionnelle

Perfectionnement et Travail sur la Posture

- **Perfectionnement des manœuvres:** révision et approfondissement des manœuvres apprises le premier jour. Pratique guidée avec des ajustements spécifiques en fonction des feedbacks.
- **Travail sur la posture:** importance de la posture pour le praticien. Exercices de posture et d'ergonomie pour optimiser les gestes et préserver son corps. Pratique de techniques de relaxation et d'étirement pour les praticiens.

Mise en Situation et Intégration

Infos pratiques

Type de formation

Formation continue

Public cible

Esthéticienne, praticien en massage bien-être.

Durée

2 Jours dont 16 Heures en centre

Tarif(s) net de taxe

610 € par stagiaire

Adresse

Brest - CIEL BRETAGNE
Rue du Gué Fleuri,
B.P 35,

29480 Le Relecq Kerhuon

<https://www.cci-formation-bretagne.fr/finistere>

- **Mise en situation pratique:** réalisation d'une séance complète de Amma Assis en binôme sous supervision. Feedback détaillé de chaque séance par les formateurs.
- **Intégration du Amma Assis dans sa carte de soin:** conseils pour proposer et valoriser le Amma Assis dans son offre de services. Étude de cas concrets et élaboration d'une stratégie de commercialisation.
- **Conclusion et évaluation:** bilan des deux jours de formation. Évaluation des compétences acquises et délivrance des certificats de réalisation

Les conditions d'admission

Prérequis

Aucun pré-requis

Le parcours de formation

Objectifs pédagogiques

Connaître l'anatomie du corps pour favoriser la bonne exécution des manœuvres du modelage. Découvrir les différentes manœuvres du protocole du modelage Travailler la posture de son corps pour optimiser ses gestes et préserver son corps. Connaître les indications et contre-indications du massage Intégrer la prestation à sa carte de soin

► PRÉSENTIEL

Modalités d'évaluations

Dans le cadre de notre process qualité : évaluation systématique des éléments acquis en fin de formation - Attestation de formation

Modalités pédagogiques

Approche théorique et pédagogie participative- - Cas concrets d'application.

Date et mise à jour des informations : 18/12/2024

Extrait de la description de la formation. Consultez l'intégralité des informations relatives à cette formation sur notre site internet www.cci-formation-bretagne.fr

Contacts



ACCUEIL FORMATIONS Esthétique et Bien Etre

esthetique@formation.bretagne-ouest.cci.bzh

CIEL BRETAGNE Brest - N° SIRET 13002293200060 - N° d'activité 53290897729

Rue du Gué Fleuri, B.P 35, - 29480 Le Relecq Kerhuon

Tél. : 02 98 30 45 75 - cielbretagne@formation.bretagne-ouest.cci.bzh - <https://www.cci-formation-bretagne.fr/finistere>



CCI FORMATION
BRETAGNE