

# **Modelage Prénatal**

Modelage relaxant future maman

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 des techniques de modelage adaptées aux femmes enceintes.

## **B** Programme

### Jour 1: Introduction au Massage Prénatal

- Session théorique sur les bienfaits du massage prénatal.
- Présentation des différentes techniques de massage pour les femmes enceintes.
- Discussion des précautions et contre-indications.
- Démonstration des mouvements de massage et pratique en binômes.
- Retour d'expérience et clarification des questions.

### Jour 2 : Approfondissement du Massage Prénatal

- Revoir les techniques de massage et les adapter aux différentes positions.
- Intégrer des exercices de respiration et de relaxation dans la pratique du massage.
- Session interactive sur les changements physiologiques pendant la grossesse.
- Étude de cas pour aborder les problèmes courants et les solutions de massage associées.
- Pratique supervisée avec des retours d'observation et d'ajustement.

### Infos pratiques

Type de formation

Formation continue

Public cible

Professionnel(le) du bienêtre, de l'esthétique et milieu paramédical

Durée

2 Jours dont 16 Heures en centre

Tarif(s) net de taxe

620 € par stagiaire

Adresse

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

29480 Le Relecq Kerhuon

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

### Les conditions d'admission

### **Prérequis**

Aucun pré-requis

# Le parcours de formation

### Objectifs pédagogiques

· Acquérir des compétences pour communiquer efficacement avec les clientes enceintes : approfondir la compréhension des changements physiologiques pendant la grossesse et leur impact sur le massage. • Comprendre les bienfaits du massage prénatal pour la mère et le bébé : identifier les zones de tension courantes chez les femmes enceintes. • Apprendre et pratiquer les techniques de massage spécifiques adaptées aux femmes enceintes : adapter les mouvements de massage en fonction du stade de la grossesse; soulager les maux courants tels que les douleurs lombaires, la fatigue, les œdèmes et les tensions musculaires • Comprendre les précautions et les contre-indications du massage prénatal

### Les sessions

### Le Relecq Kerhuon

• 16 et 17 février 2026



### 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.

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**





esthetique@formation.finistere.cci.fr



