



# Modelage Prénatal

Modelage relaxant future maman

PRÉSENTIEL

SUR-MESURE

INTER ENTREPRISE

## Objectif de formation

À l'issue de la formation les participant(e)s auront la capacité de mettre en application des techniques de modelage adaptées aux femmes enceintes.



## 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 bien-être, 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

## ► 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 : 07/10/2025

*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](http://www.cci-formation-bretagne.fr)*

## Contacts



**ACCUEIL FORMATIONS esthétique et Bien-être**

[esthetique@formation.finistere.cci.fr](mailto:esthetique@formation.finistere.cci.fr)

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](mailto:cielbretagne@formation.bretagne-ouest.cci.bzh) - <https://www.cci-formation-bretagne.fr/finistere>



**CCI FORMATION  
BRETAGNE**