

Programme de formation Lomilomi, massage hawaïen

Durée : 4 jours (28h)

Lieu : domaine Sainte Croix à Montagnac (34530)

Intervenantes : Catherine Duvot, masseuse agréée par la FFMBE, praticienne depuis 2012 sous l'enseigne Grain de Zen et formatrice en techniques de massage.

Objectif

- Acquérir les gestes techniques du lomilomi
- S'imprégner de l'esprit du lomilomi
- Réaliser un massage enveloppant, fluide et rythmé
- Adapter sa posture corporelle à la spécificité du lomilomi

Moyens pédagogiques

- Support de cour détaillé remis en début de formation
- Mise à disposition de l'huile de massage et, le cas échéant, des huiles essentielles
- Mise à disposition du paréo nécessaire à la pratique

Validation de la formation

Sur la base de l'évaluation des acquis réalisés en fin de formation, l'intervenante se réserve le droit de délivrer :

- Une attestation de validation de la formation confirmant l'acquisition complète des techniques de massage.
- Une attestation de suivi de la formation confirmant la présence de l'élève à la formation mais dont l'apprentissage nécessite un perfectionnement. L'élève aura la possibilité de travailler sa pratique et de repasser la validation (voir les modalités avec l'intervenante).

Public / pré requis

La formation est ouverte à tout public de + 18 ans. Au regard de la technicité du lomilomi, une pratique du massage est pré-requise.

Horaires de la formation

9h30-12h30 et 13h30-17h30 - Accueil des participants à partir de 9h15

Les déjeuners sont libres, ils peuvent être pris isolément ou en commun, sur le lieu-même du stage ou dans tout autre lieu au choix du stagiaire.

Programme de la formation

1ère journée

- Présentation des élèves et de l'intervenante
- Généralités liés au massage (bienfaits, contre-indications, utilisation des huiles essentielles...)
- Présentation du lomilomi : origine et bienfaits
- Apprentissage postural
- Apprentissage des techniques particulières du lomilomi - face postérieure

2ème journée

- Révision des mouvements appris la veille
- Apprentissage des techniques particulières du lomilomi - face postérieure

3ème journée

- Révision des mouvements appris la veille
- Apprentissage des techniques particulières du lomilomi - face antérieure

4ème journée

- Révision des mouvements appris la veille
- Apprentissage des techniques particulières du lomilomi - face antérieure
- Réalisation d'un lomilomi d'1h

Coût de la formation et modalités de règlement

Le prix public de la formation est de 440€ net (TVA non applicable - article 293B du CGI) et ne comprend pas les repas.

Un premier versement de 132€ représentant 30% du coût total de la formation est à régler au moment de l'inscription.

Le solde peut donner lieu à un échelonnement des versements avec pour obligation le paiement de la totalité au 1er jour de la formation.