



Programme de l'action de formation au Massage Thaï des Pieds

Profil des apprenants : tout type de public

Pré-requis : avoir effectué une formation de base en massage (demande d'attestation) ou ayant un diplôme minimum de BP ou Bac Pro esthétique/cosmétique.

Objectifs pédagogiques :

- Se préparer à donner un massage : hygiène, ancrage, centrage.
- Comprendre et présenter les origines du massage Thaï.
- Comprendre et identifier les contre-indications du massage Thaï des Pieds.
- Comprendre l'anatomie de base du pied.
- Comprendre et présenter les indications du massage Thaï des Pieds.
- Appliquer les différentes postures du masseur debout ou assis.
- Mettre en œuvre les techniques de jeux de serviettes : bottes.
- Mettre en œuvre les différentes techniques du massage Thaï des Pieds.
- Positionner les points de réflexologie sur le pied.
- Réaliser un massage Thaï des Pieds d'1 heure.

Compétences visées :

1. Savoirs (connaissances)

- Connaître les origines et principes du massage Thaï.
- Comprendre les indications thérapeutiques et relaxantes du massage Thaï des Pieds.
- Identifier les contre-indications et situations à risque pour le massage des pieds.
- Connaître l'anatomie de base du pied et les points de réflexologie.

maj le 01-08-2025

- Connaître les règles d'hygiène et de sécurité liées à la pratique du massage.

2. Savoir-faire (techniques)

- Se préparer à donner un massage en respectant hygiène, ancrage et centrage.
- Appliquer les différentes postures du masseur, debout ou assis, pour préserver sa santé et optimiser le massage.
- Mettre en œuvre les techniques de jeux de serviettes (bottes) pour préparer le massage.
- Appliquer correctement les différentes techniques du massage Thaï des Pieds.
- Positionner avec précision les points de réflexologie sur le pied.
- Réaliser un massage complet Thaï des Pieds d'1 heure, fluide et adapté aux besoins du client.

3. Savoir-être (attitudes professionnelles)

- Faire preuve d'écoute, d'attention et de bienveillance envers le client.
- Maintenir une présence centrée et professionnelle tout au long de la séance.
- Respecter le confort, la confidentialité et les limites du receveur.
- Faire preuve de rigueur dans l'application des règles d'hygiène et de sécurité.
- Adapter sa communication et sa technique selon les besoins et réactions du client.

Contenu de la formation :

Séquence 1, sur 1 heure :

- Historique et philosophie du massage Thaï
- Indications, contre-indications et précautions du massage Thaï des Pieds
- Anatomie de base du Pied
- Carte de réflexologie du Pied

Séquence 2, sur 1 heure 30 répartie par séquence de 15 minutes au début de chaque demi-journée :

maj le 01-08-2025

- Techniques d'ancrage, de centrage du praticien et auto-massage afin de préserver ses propres énergies.

Exercices réalisés en groupe.

Séquence 3, 11 heures 30

Mise en pratique du massage :

- Apprentissage du massage Thaï des pieds sur le pied et jusqu'au genou.
- Apprentissage d'un protocole complet d'1 heure de massage Thaï des pieds.
- Mise en situation sur la dernière demi-journée

Durée et modalité : 14 heures réparties sur 2 jours, en présentiel.

Délai d'accès : voir le planning sur le site www.ecoledesmetiersdubienetre.com

Tarifs : à consulter sur le site www.ecoledesmetiersdubienetre.com

Contact : embe36000@gmail.com

Accessibilité : Notre salle de formation est accessible aux personnes à mobilité réduite (PMR). Pour toute autre situation de handicap, nous vous invitons à contacter notre référente, Laëtitia Marié, avant l'inscription pour que nous puissions étudier les possibilités d'adaptation de la formation.

Méthodes mobilisées :

- Support de cours remis à chaque apprenant
- Annexes reprenant les exercices proposés pendant la formation
- Fiche d'évaluation personnelle remise aux apprenants pour leur auto-évaluation de leur pratique personnelle.

Modalités d'évaluation :

- Test de connaissance sur la partie théorique
- Mise en situation sur la dernière demi-journée en binôme.

maj le 01-08-2025