



QI JING FORMATIONS

Centre de formation professionnelle en massages et techniques issues de la médecine traditionnelle chinoise

Programme de formation : Massage Tui Na (y.c. anatomie palpatoire de l'abdomen et initiation au Chi Nei Tsang)

Durée : 6 jours, soit 42 heures de cours (dont 1 jour, soit 7 heures de cours pour l'anatomie et le Chi Nei Tsang – programme en annexe) + 20 heures de pratique personnelle.

Le massage Tui Na c'est quoi ?

Sans aucun doute l'un des massages le plus complet et le plus relaxant au monde. En 1h30, équilibrez et faites circuler les énergies, détendez la sphère abdominale et éliminez les tensions musculaires.

Public visé

La formation s'adresse aux personnes voulant proposer leurs services dans un cadre professionnel.

Conditions pour suivre la formation

Pour suivre la formation il est très fortement conseillé d'avoir une première expérience en massage bien-être. Il est indispensable d'avoir chez soi (ou en cabinet) une table de massage pour pouvoir pratiquer entre les cours. Il est demandé aux stagiaires de manière obligatoire de pratiquer au minimum 20 heures en dehors des heures de cours (2 x 1 heure sur une semaine, puis 12 x 90 minutes sur 4 semaines).

Objectifs de la formation

Apprendre la pratique du massage Tui Na :

- Connaître et maîtriser les bonnes conditions d'accueil du client et de réalisation du massage.
- Apprendre un protocole de base complet de massage Tui Na (environ 90 minutes).
- Connaître les méridiens et des points clés d'acupressure associés.
- Connaître et maîtriser certains mouvements de Chi Nei Tsang.

En synergie, la pratique de ces 3 techniques prodigue un massage profond et efficace. Elle constitue la base de massages plus thérapeutiques dans lesquels on utilise les points d'acupressure au cas par cas.

Moyens pédagogiques et techniques

Les parties théoriques sont projetées sur écran.

Pratique en binôme sur table de massage.

Les manœuvres sont corrigées au fur et à mesure de l'apprentissage.

Documents et supports

Le stagiaire reçoit un support de cours.

PROGRAMME DETAILLE

Premier jour :

- Présentation du formateur et du centre de formation
- Présentation des stagiaires
- Présentation du déroulement du stage
- Anatomie palpatoire de l'abdomen et initiation au Chi Nei Tsang (programme détaillé en annexe)

Deuxième jour :

- Tenue et déontologie du praticien
- Indications et contre-indication au massage
- Présentation du déroulement du stage
- Accueil et installation du client
- Protocole de massage en décubitus dorsal : visage, crâne, nuque, bras, ventre, jambes et pieds.

A l'issue de ce premier week-end il est demandé aux stagiaires de pratiquer 2 massages en décubitus dorsal avant le cours suivant (soit environ 2 x 1 heure).

Troisième et quatrième jours :

- Débriefing des 2 massages réalisés
- Protocole de massage en décubitus ventral : crâne, nuque, dos, jambes et pieds
- Présentation de la fiche du client et de la fiche de pratique personnelle
- Comment présenter le massage Tui Na
- Révision du massage complet (en fonction de l'avancement du groupe).

A l'issue de ce deuxième week-end il est demandé aux stagiaires de pratiquer 12 massages complets et de remplir les fiches de "pratique personnelle" avant le cours suivant (soit environ 12 x 90 minutes).

Cinquième et sixième jours :

- Débriefing des 12 massages réalisés
- Introduction à la médecine traditionnelle chinoise
- La théorie des 5 éléments
- Le massage Tui Na
- Les méridiens et merveilleux vaisseaux
- Les principaux points d'acupression

Programme fin de stage :

- Examen sur l'installation du client et le protocole complet du massage Tui Na (évaluation pratique)
- Evaluation écrite sur les parties théoriques de l'apprentissage
- Questionnaire de satisfaction sur vos journées de formation
- Débriefing de la journée formation, conseils sur la façon de travailler après la formation pour en profiter au mieux
- Remise des certificats de stage