

PROGRAMME DE FORMATION

INTITULE DE LA FORMATION

Massage relaxant profond - FAME DEEP FLOW

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Comprendre les origines, la philosophie et les bénéfices du protocole Deep Flow.
- Connaître les indications, contre-indications et les bases anatomiques mobilisées.
- Acquérir les manœuvres fondamentales du protocole (face dorsale et ventrale).
- Savoir réaliser un massage complet (60 à 90 min) en respectant fluidité, ergonomie et sécurité.
- Être capable de s'auto-évaluer et d'ajuster sa pratique selon la morphologie et les besoins du client.

PUBLIC CONCERNE ET PREREQUIS

- Professionnels de l'esthétique, spa et bien-être, tout dirigeant d'entreprise ou auto-entreprise qui souhaite faire évoluer son activité
- Débutant accepté

DUREE ET ORGANISATION

Durée totale : 16 heures (2 jours)

Horaires indicatifs : 9h00 – 12h30 / 13h30 – 18h00

PROGRAMME

JOUR 1 :

Matin (3h30) – Théorie & découverte

- Présentation du concept FAME – Deep Flow (philosophie, cadre sécurisant).
- Origines et influences : californien, lomi-lomi, deep tissue.
- Bénéfices détaillés du protocole.
- Indications / contre-indications.
- Rappels anatomiques : circulation sanguine, système lymphatique, muscles et fascias sollicités.
- Posture & ergonomie du praticien (prévention douleurs, hygiène, étirements).
- Préparation cabine et accueil client (questions à poser, installation, sécurisation).

Après-midi (3h30) – Pratique 1

- Démonstration des manœuvres de prise de contact.
- Apprentissage des manœuvres face dorsale :
 - Dos : effleurages, pressions profondes, travail avec les avant-bras.
 - Jambes arrière : drainage, étirements doux, manœuvres fluides.
- Exercices guidés par binômes (corrections individualisées).
- Révision des séquences dorsales en fin de journée.

JOUR 2 :

Matin (3h30) – Révision & approfondissement

- Révision des manœuvres vues la veille (face dorsale).
- Apprentissage des manœuvres face ventrale :
 - Jambes avant et bras : gestes symétriques et fluides.
 - Abdomen (optionnel selon client) : manœuvres circulaires douces.
 - Trapèzes, buste, cervicales : pressions profondes et relâchantes.
- Démonstration complète des séquences ventrales.
- Exercices pratiques supervisés.

Après-midi (3h30) – Mise en pratique globale & évaluation

- Réalisation d'un massage complet (60 à 90 min) sur modèle.
- Corrections individualisées par la formatrice.
- Conseils d'adaptation selon morphologie, sensibilité, contexte (homme/femme, tensions spécifiques).
- Évaluation pratique des acquis (mise en situation réelle).
- Bilan de la formation et remise du certificat FAME.

METHODES PEDAGOGIQUES ET MOYENS TECHNIQUES

- Alternance d'apports théoriques et de mises en pratique
- Démonstration du formateur puis reproduction par les stagiaires
- Fourniture d'un manuel pédagogique FAME
- Mise à disposition du matériel nécessaire (tables, huiles, accessoires)

MODALITES DE SUIVI ET D'EVALUATION

- Feuille d'émargement signée par demi-journée
- Évaluation des acquis avec mise en pratique
- Attestation de réalisation délivrée en fin de formation

TARIF

560€ nets par stagiaire (TVA non applicable – art. 293B du CGI)

DELAIS D'ACCES

Toute demande d'information ou d'inscription doit se faire par mail à institutfame@gmail.com ou par téléphone au 06 61 67 43 73.

Accès garanti sous un délai maximum d'un mois après la demande (sous réserve de disponibilité).

ACCESSIBILITE

Nos formations peuvent être adaptées, dans la mesure du possible, aux personnes en situation de handicap. Merci de nous contacter en amont pour étudier les aménagements nécessaires.