

Programme de formation simplifié : MASSAGE TIBÉTAIN

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation a pour objectif de permettre aux participants de :

- Maîtriser les techniques fondamentales du massage tibétain traditionnel
- Utiliser les bols chantants pour harmoniser l'énergie et favoriser la détente
- Adapter les gestes et les pressions aux besoins spécifiques du receveur
- Connaître les origines, principes et bienfaits du massage tibétain
- Créer une séance complète alliant toucher, chaleur et vibrations sonores
- Assurer une pratique professionnelle respectant l'éthique et la sécurité

Public concerné - PROFIL STAGIAIRE

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant intégrer une approche corporelle et émotionnelle dans sa pratique ou dans son parcours personnel.

Elle est particulièrement adaptée aux profils suivants :

- **Praticiens en massages bien-être**
- **Professionnels de l'accompagnement** (thérapeutes, coachs, sophrologues, énergéticiens, psychopraticiens...)
- **Professionnels du secteur médico-social ou paramédical**
- **Personnes en reconversion professionnelle**

PRÉ REQUIS

Aucun diplôme ou certification préalable en massage n'est exigé, mais une première expérience dans les domaines du bien-être, de l'accompagnement ou du développement personnel est un atout.

DURÉE DE LA FORMATION

- Durée totale : 2 jours – 16 heures
- Horaires : 9h00 – 13h00 / 14h00 – 18h00

Contenu pédagogique (version simplifiée)

Apports théoriques

- Présentation de la technique
- Principes et bienfaits
- Indications et contre-indications
- Hygiène et posture professionnelle

Méthodes pédagogiques

La formation alterne :

- apports théoriques
- démonstrations pratiques
- exercices de mise en situation
- pratique encadrée entre stagiaires
- échanges et retours d'expérience

Validation de la formation : Une attestation de formation est remise au stagiaire à l'issue de la formation après validation des acquis.

Accessibilité : Les formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Des aménagements peuvent être étudiés en fonction des besoins spécifiques.

Délai d'accès:

- Les formations sont accessibles selon le calendrier proposé.
- Pour les demandes de formation sur mesure, un délai moyen de 6 à 8 semaines est à prévoir selon les disponibilités.

Tarif

- France métropolitaine : EN PRÉSENTIEL 560 €
- Formation individuelle sur demande : 660 €
- Polynésie française : 50 000 XPF

Lieu de formation

Les formations sont organisées : en France Métropolitaine , en Polynésie Française ou directement dans l'institut de la stagiaire sur demande

Informations complémentaires

Le présent document présente une synthèse du contenu de la formation. Le programme pédagogique détaillé, ainsi que les documents contractuels (devis, convention ou contrat de formation), sont transmis au stagiaire lors de la validation de son inscription.