KAMALA

FORMATION MASSAGE & SPA

MASSAGE BALINAIS

KAMALA SPA

www.kamala-massage-formation.fr

Vanessa Paumier – Tel : 06 45 02 00 76

Mail : contact@kamalaspa-formation.com

Siège social : 93, Cours Berriat 38000 GRENOBLE

SIRET : 905 290 037 00027 – Code NAF : 8559B

Déclaration enregistrée sous le numéro 84 73 02 49 873 – Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État

PROGRAMME DE FORMATION

DESCRIPTION

Le massage BALINAIS est un massage originaire d'Indonésie et plus particulièrement de l'île de Bali. Il combine diverses techniques asiatiques, ayurvédiques et occidentales et est réputé pour ses vertus apaisantes, décontractantes et tonifiantes afin d'apporter harmonie au corps et à l'esprit.

Les manœuvres prodiguées permettent de :

- Stimuler la circulation sanguine et lymphatique ;
- Favoriser l'élimination des toxines ;
- Assouplir les muscles et les articulations ;
- Réduire le stress et favoriser le sommeil ;
- Revitaliser le corps ;

Le protocole se prodigue en 60 ou 90 minutes et est composé de techniques douces telles que les effleurages, enveloppements et lissages ; et de techniques toniques et stimulantes telles que des pressions, frictions, pétrissages, étirements. Le massage se performe avec un rythme moyen et une pression modérée.

La formation s'adresse aux Praticiens en massages bien-être souhaitant acquérir un protocole adapté à tout public car il est apprécié autant des femmes que des hommes. Le massage répondra aux attentes et aux besoins de la clientèle appréciant les massages à la fois relaxants et profonds tout en offrant détente et dynamisme.

Lors de la formation, le stagiaire recevra l'apprentissage de la partie théorique relative à la bonne pratique de ce massage ainsi que la transmission du protocole, séquence par séquence, avec démonstrations par la formatrice et exercices de pratique manuelle sur modèle. Un livret de formation complet et imprimé lui sera remis comprenant : la théorie, la fiche technique du protocole, la description et les schémas de chaque manœuvre.

✓ Un certificat de réalisation de formation est remis après validation des acquis.

DÉROULÉ DE FORMATION

JOUR 1

Introduction de la formation : 45 min

- Présentation de l'organisme de formation, de la formatrice, des stagiaires et du cadre de la formation ;

Connaissances théoriques : 1h30

- Description & Origine du massage BALINAIS
- Bienfaits, indications et contre-indications du massage ;
- Finalité des manœuvres sur les zones travaillées ;
- Etude de la fiche technique du massage :
  Déroulé – Séquences – Durées – Matériel nécessaire – Mise en place de la cabine ;

Exercices de cas pratique : 4h30

- Exercice d'éveil corporel du praticien : coordonner posture, pression, respiration, gestuelle ;
- Apprentissage du protocole de la face postérieure séquence par séquence :
  - Démonstration sur modèle par la formatrice ;
  - Pratique manuelle par les stagiaires en binômes ;

Bilan de la journée : 15 min

- Débriefing de la journée ;

JOUR 2

Introduction de la journée : 15 min

- Temps d'échange & Questions/Réponses ;

Exercices de cas pratique : 6h30

- Apprentissage du protocole de la face antérieure séquence par séquence :
  - Démonstration sur modèle par la formatrice ;
  - Pratique manuelle par les stagiaires en binômes ;

Bilan de la journée : 15 min

- Débriefing de la journée ;

JOUR 3

Introduction de la journée : 15 min

- Temps d'échange & Questions/Réponses ;

Exercices de cas pratique & Evaluation : 6h15

- Apprentissage et/ou Révision du protocole en binômes selon l'avancement du groupe
- Evaluation pratique des stagiaires « mise en situation du protocole » :

  - Présentation orale des critères d'évaluation ;
  - Pratique manuelle par les stagiaires en binômes ;
  - Débriefing de la formatrice pour chaque stagiaire ;
- Quiz QCM : Evaluation des acquis théoriques ;

Bilan de la formation : 30 min

- Retour oral de la formatrice et des stagiaires sur l'ensemble de la formation ;
- Remise des documents de fin de formation :
  - ✓ Fiche d'auto-évaluation
  - ✓ Questionnaire de satisfaction
  - ✓ Certificat de réalisation de formation
  - ✓ Diplôme KAMALA *(non reconnu par l'Etat)*

OBJECTIFS

- Savoir comment et dans quel cas ou non recommander ce massage : les bienfaits, les indications et les contre-indications ;
- Acquérir la bonne pratique des manœuvres et de chaque séquence du protocole ;
- Savoir performer le protocole sur clientèle en fin de formation ;
- Réussir la validation des acquis lors de l'évaluation finale en fin de formation ;

PUBLIC CONCERNÉS & PRÉREQUIS

Public :

- Professionnels des secteurs : SPA - massage - esthétique - bien-être
- Professionnels de l'accompagnement thérapeutique
- Professionnels du secteur paramédical ou médical
- Personnes en réorientation professionnelle
- Particuliers dans le cadre d'une utilisation privée

Prérequis :

- **Etre titulaire** d'un diplôme ou certification dans un des domaines suivants : SPA - Esthétique - Massages bien-être
- **Personnes non diplômées** ou non certifiées dans le domaine du massage : il est recommandé d'avoir suivi une initiation au massage telle que la formation Massage RELAXANT de KAMALA ou d'un autre centre de formation avec justificatif
- **Etre majeur** ou avoir plus de 16 ans avec accord écrit des parents ou tuteurs

DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

- **Formation en présentiel**
- Connaissances théoriques : livret de formation remis à chaque participant
- Protocole de massage : livret détaillé et schématisé remis à chaque participant
- Démonstrations pratiques effectuées par la formatrice
- Exercices de mise en pratique individuels, en binômes ou en groupe

ÉVALUATION & VALIDATION DE LA FORMATION

- Fiche de présence émargée
- Évaluation par la formatrice lors des exercices pratiques et lors de l'évaluation pratique finale en binôme
- Test de connaissances théoriques sous forme de quiz en fin de formation
- Auto-évaluation des compétences en fin de formation
- Evaluation de satisfaction de la formation par le stagiaire
- Certificat de réalisation de formation remis au stagiaire

MODALITÉS

- **Durée de la formation : 3 jours** soit 21 heures au total à raison de 7h par jour
- **Effectif** : 3 à 6 personnes
- **Dates** : voir le calendrier de formation sur le site internet
- **Horaires** : 9H30 – 17H30 (déjeuner 1H)
- **Lieu de formation** : Centre Pierre de Lune / 216, allée de Champrond 38330 SAINT-ISMIER
- **Délai d'accès** : sous 1 mois minimum
- **Langue d'enseignement** : Français
- **Accessibilité** : Le contenu, la durée et le rythme de la formation peuvent être adaptés à certaines situations de handicap sauf PMR. Nous consulter.
- **Matériel à fournir** : 1 plaid, serviettes (2 grandes et 2 petites), 1 tenue, prise de note

TARIFS & CONDITIONS

- Tarif : Auto-financement : 590 € nets (non assujetti à TVA)
  Entreprise : 690 € nets par stagiaire (non assujetti à TVA)
  Individuelle : + 100 € nets par jour
- Conditions : Un minimum de 3 participants est requis pour confirmer la formation. Le cas échéant, la session sera reportée voire annulée. Le stagiaire est averti 4 semaines à l'avance.

LA FORMATRICE

Vanessa PAUMIER – Fondatrice / Gérante & Formatrice KAMALA

Diplômée d'un CAP, BP, BM et BTS Esthétique-Cosmétique depuis 2007, Vanessa est riche de plus de 20 années passées dans l'univers du bien-être dont 10 ans en tant que Spa Manager & Praticienne en hôtellerie de luxe et Palaces en France et à l'international. Elle a aussi enseigné en qualité de Professeure Esthétique du niveau Bac Pro au BTS. En tant que passionnée du corps et de l'esprit, elle s'est également formée à diverses méthodes d'accompagnement : Praticienne de méditation M.B.S.R. & EFT Clinique. Depuis 2022, elle délivre avec KAMALA des formations de qualité aux professionnels du bien-être en y infusant toute sa passion, son expertise, sa rigueur, sa pédagogie et sa bienveillance.

INFORMATIONS & INSCRIPTIONS

Vanessa PAUMIER

+33 (0)6 45 02 00 76 / contact@kamalaspa-formation.com / www.kamalaspa-formation.com

v2-07/2025