

# KAMALA

FORMATION MASSAGE & SPA



## RITUEL ANTI-AGE AU GUA SHA & VENTOUSES



## KAMALA SPA

[www.kamala-massage-formation.fr](http://www.kamala-massage-formation.fr)

Vanessa Paumier – Tel : 06 45 02 00 76

Mail : [contact@kamalaspaspa-formation.com](mailto:contact@kamalaspaspa-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 rituel anti-âge GUA SHA & CUPPING** est un complément au massage liftant japonais du visage aux vertus repulpantes et resculptantes. Il se réalise avec des accessoires Gua Sha et des ventouses de Face Cupping\* et a pour vocation de préserver la jeunesse en redéfinissant le relief et les contours du visage et de repulper les rides et ridules.

\*(ventouses pour le visage en anglais).

**Les manœuvres prodiguées** permettent de :

- Stimuler la microcirculation et le flux lymphatique pour une meilleure oxygénation et nutrition cellulaire
- Augmenter la production de collagène et d'élastine pour augmenter l'élasticité de la peau
- Sculpter et raffermir les tissus cutanés et les muscles pour lutter contre le relâchement
- Lisser et repulper les rides & ridules pour un effet anti-âge immédiat
- Clarifier, unifier et apporter fraîcheur au teint pour retrouver l'éclat naturel de la peau

**Le protocole** se personnalise en 15 à 30 minutes en complément du massage liftant japonais ou d'autres soins visage anti-âge. Il est composé des techniques suivantes : lissages, pétrissages, palper-rouler, vibrations, battages, pincements, pianotages, pressions. Le massage se performe avec une pression et un rythme tous deux modérés.

**La formation** s'adresse aux Praticiens en massages bien-être souhaitant acquérir un protocole en complément de leurs soins anti-âge. Le massage répondra aux attentes et aux besoins de la clientèle recherchant à lutter contre les signes de l'âge en profondeur.

**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 : 1h**

- Description & Origine du massage et des accessoires ;
- Bienfaits, indications et contre-indications du massage ;
- Rappels du système tégumentaire, des principaux signes de l'âge et de l'anatomie musculosquelettique de la zone travaillée ;
- **Etude de la fiche technique du massage :**  
Déroulé – Séquences – Durées – Matériel nécessaire – Mise en place de la cabine ;

### **Exercices de cas pratique : 4h**

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

### **Evaluation : 45 min**

- Révision orale du protocole en groupe ;
- Quiz QCM : Evaluation des acquis théoriques et pratiques ;

### **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 ;

## 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

### 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 : avoir suivi la formation « MASSAGE LIFTANT JAPONAIS Visage » 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 élargée
- Évaluation par la formatrice lors des exercices pratiques 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** : 1 jour soit 7 heures au total
- **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 situation de handicap sauf PMR. Nous consulter.
- **Matériel à fournir** : 1 plaid, serviettes (2 grandes et 2 petites), 1 tenue, 1 gua sha, 1 ventouse

## TARIFS & CONDITIONS

- **Tarif** : **Auto-financement** : 250 € nets (non assujetti à TVA)  
**Entreprise** : 290 € 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@kamalaspaspa-formation.com](mailto:contact@kamalaspaspa-formation.com) / [www.kamalaspaspa-formation.com](http://www.kamalaspaspa-formation.com)

v2-07/2025