

FEBE
FORMATIONS

Formation Massage Californien
(les fondations du massage)

FEBE Formations – www.febeformations.com
Tel :06.10.98.66.98 - mail : febeformations.contact@gmail.com
SIRET : 102 655 966 00012 - APE : 8559A
Déclarationd'activité enregistrée sous le numéro 84381077238 du préfet de région Auvergne-Rhône-Alpes

PROGRAMME

Intitulé de l'action de formation : Massage Californien

Nature de l'action de formation conformément à l'article L.6313-1 CT :
Action d'acquisition et développement de compétences professionnelles
Durée du stage : 3 jours – 24 heures
Forme : Présentiel
Tout public : professionnel ou particulier
Pré-requis : Aucun
Tarif : 840€
Tarif préférentiel en cas de financement personnel 750€ (paiement possible en plusieurs fois)

Objectifs post formation :
Avoir les connaissances théoriques nécessaires pour démarrer dans le domaine
Réaliser un massage californien de 75 minutes
Connaître les bienfaits en parler
Respecter le protocole et savoir reproduire la gestuelle apprise
Être attentif à son ergonomie
Être attentif au confort du client
Connaître les indications et contre-indications à cette technique
Inclure la technique à sa cartede prestations

JOUR 1 :
Matin :
Accueil et présentation du programme
Présentation de chaque stagiaire
Théorie : Législation du métier de masseur en bien-être
Présentation du matériel et installation
Présentation du massage californien
Découverte des manœuvres de base en massage (Effleurages, lissages, pétrissages...)
Après-midi :
Démonstration des manœuvres face postérieure (Dos)
Mise en application
Corrections personnalisées pour chaque stagiaires
Débriefing de la journée

JOUR 2 :
Matin :
Rappels des connaissances vues la veille
Théorie : Anatomie générale du corps humain
Démonstration des manœuvres face postérieure (jambes + pieds)
Mise en application Correction posturale de chaque stagiaire
Après-midi :
Révision de la face postérieure entière
Débriefing (impressions, aisances)
Sensibilisation sur l'importance de l'ergonomie et de la posture du praticien
Démonstration des manœuvres face antérieure (jambes + pieds + abdomen)
Mise en application Correction de chaque stagiaire

JOUR 3 :

Matin :

Théorie : sensibilisation aux énergies et moyens de protection
Démonstration des manœuvres face antérieure (bras + décolleté + tête)
Mise en application
Correction de chaque stagiaire
Débriefing avec explications complémentaires pour adapter les techniques en fonction du client

Après-midi :

Enchaînement du protocole complet pour évaluation supervisée par la formatrice
Bilan détaillé et derniers conseils
Remise des attestations de formation après validation des compétences

Moyens pédagogiques utilisés pour la formation :

Salle de formations adaptée
Formation participative et interactive
Support de cours sous forme de book fourni à chaque stagiaire
Projection visuelle du protocole sous forme de schémas
Démonstrations suivies de séances de pratique guidées
Pratique sur modèles volontaires
Matériel fourni (tables de soin, huiles...)

Moyen permettant de suivre l'exécution de la formation :

Feuille de présence signée par le stagiaire et le formateur par demi-journées de formation

Modalités de sanction des acquis de la formation:

Évaluation finale afin de valider les acquis
Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature, la durée de l'action (article L.6313-1 du Code du travail)

Lieu de la Formation :

Commniqué au moment de l'inscription

Formatrice :

Marion Colmard - Fondatrice de FEBE Formations
Diplômée CAP et BTS Esthétique cosmétique et parfumerie
Praticienne en accompagnement corporel et énergétique

Maj 18/07/2026