

Programme de formation

Praticien en massage AMMA assis



DÉFINITION :

Le Amma assis est une approche énergétique basée sur les principes de la médecine traditionnelle japonaise d'acupression. Il se pratique habillé, sur une chaise ergonomique et procure un état profond de relaxation et de bien-être en 15 ou 20 minutes seulement. Un Praticien en massage Amma assis utilise un enchaînement de mouvements précis (appelé kata) composé de pressions, d'étirements, de balayage et de percussions, visant à soulager les tensions, libérer les émonctoires et rééquilibrer l'énergie vitale.

Très prisé en entreprise, le Amma permet l'amélioration du sommeil, une meilleure gestion du stress, l'accroissement de la vigilance, des performances intellectuelles et de la motivation. La prévention des RPS (Troubles Psycho-sociaux) et les TMS (troubles musculo-squelettiques)

DURÉE : 50 heures (E-learning + présentiel)

PRIX : 550 € sans prise en charge
700 € avec prise en charge (OPCO,..)

NOMBRE DE PARTICIPANTS : De 6 à 10 personnes

PRÉ-REQUIS : Majeur

CONDITIONS ADMISSION : Entretien préalable au stage

LIEU DE LA FORMATION :

Ajaccio : 10 Avenue de Paris

Bastia : Centre A MURZA - Chemin de Canale - 20600 FURIANI

DÉLAIS D'ACCÈS A LA FORMATION : E-learning accessible dès l'inscription

PUBLICS CONCERNÉS :

- Professionnels de la santé, du bien-être et de l'esthétique
- _ Toute personne qui souhaite se former à la technique du Amma



MODE DE DÉROULEMENT : Formation Mixte

- 35 heures e-learning
- 2 jours en présentiel

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Transmettre aux stagiaires les techniques, protocoles et connaissances générales nécessaires à la pratique du Massage Amma assis.
- Maîtriser les techniques et les postures de base du Massage Amma assis.
- Être capable de donner une séance d'une durée de 15 à 20 minutes
- Connaître les différentes démarches pour l'installation professionnelle

MÉTHODES et SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

- Cours théoriques et magistraux
- Supports pédagogiques
- Livrets de cours
- Mise en situation pratique en binôme
- Chaise ergonomique, serviettes, têtes.

ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE : La formation sera dispensée par Mylène Argot Coltelloni, formatrice, Naturopathe et Réflexologue en énergétique chinoise, Praticienne en massage AMMA assis.

DISPOSITIF DE SUIVI D' EXÉCUTION DU PROGRAMME ET D' APPRÉCIATION DES RÉSULTATS :

- Feuille d'émargement
- Quizz en E-learning
- Présentiel : Accueil du receveur, mise en pratique sur différents modèles, fluidité et Technicité du KATA

A l'issue de la formation un certificat de réalisation est délivré.

SUIVI TECHNIQUE ET ASSISTANCE :

L'assistance technique est assurée à distance par un expert informatique. La demande d'assistance se fait par mail. Le délai de réponse maximum est de 24 h

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP :

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Contactez-nous pour une analyse de votre besoin.



PROGRAMME ET DÉROULÉ DE LA FORMATION

7 jours / 50 heures
(E-learning et présentiel)

E-LEARNING

Module 1 : 15 heures

- Les bases de l'énergétique chinoise
- Histoire des techniques ancestrales
- De l'Inde au Japon en passant par la Chine
- Découverte de l'énergétique chinoise
- Les 5 éléments, les cycles, les méridiens

Module 2 : 10 heures

- Amma assis et les bases de l'anatomie
- Systèmes squelettiques et musculaire
- Les autres systèmes organiques
- Méthode David Palmer
- Contre-indications et attentes du receveur

Module 3 : 10 heures

- Matériel
- installation professionnelle
- Déontologie

PRÉSENTIEL

Jour 1 : 7,5 heures

Matin 9h-12h30 :

- Accueil du receveur et précautions
- Présentation de la technique du Kata
- Études des manœuvres et des postures de base

Après-midi 14h-18h :

- Apprentissage du Kata par séquences
- Entraînement des enchaînements sur chaque participant.

Jour 2 : 7,5 heures

Matin 9h-12h30 :

- Pratique du Kata dans son intégralité.
- Technicité et fluidité du KATA réalisé sur un modèle

Après-midi 14h-18h :

Évaluation finale : Le stagiaire sera évalué sur une mise en pratique en binôme et devra donc pratiquer l'enchaînement du KATA sur un modèle. L'évaluation porte sur l'accueil du receveur, la fluidité et la technicité du kata qui sera réalisé sur un modèle. Remise du certificat