



Formation Continue

Massage californien - Introduction

Le Massage Californien favorise la relaxation physique et psychique par ses longs mouvements fluides et circulaires, ses variations de rythme, ses effleurages progressivement plus soutenus pour encourager la détente profonde, ses étirements doux, ses bercements, ses sensations enveloppantes et océaniques.

Il se nourrit tout particulièrement de l'intuition, de la liberté de création et du lâcher-prise de celle ou celui qui le pratique.

Ce massage se réalise sur table et à l'huile.

Le protocole enseigné pourra être donné en séances de 30 à 90 minutes.

Public concerné :

- Naturopathe diplômé
- Stagiaire en formation
- Tout public en initiation / découverte de l'Ecole

Objectif de la formation :

Découvrir et pratiquer les grands principes du massage californien

Connaître les principales manœuvres de ce vocabulaire gestuel spécifique : longs glissés, mobilisations et étirements doux, vagues continues, lien fluide entre les différentes parties du corps...

Découvrir et pratiquer les variations de rythme, de profondeur, du travail global/local

Travailler la fluidité des enchainements pratiqués sur table

Acquérir un protocole de massage bien-être californien complet

Développer sa créativité et sa sensibilité au sein du cadre du protocole

Formatrice :

Céline Exertier-Renard

Prérequis : Aucun

Moyens pédagogiques et matériel utilisé :

- Apports théoriques et applications pratiques
- Démonstration de techniques, questions-réponses et mise en application
- Tours de parole et échanges de ressentis
- Planches anatomiques et d'illustrations des manœuvres
- Travail en binôme avec supervision



- Exercices d'éveil corporel, posturaux et relationnels
- Révisions orales et pratiques
- Table de massage
- Support technique version papier et en ligne

Déroulement de la formation :

Cette formation s'établit sur 3 jours.

Session 2021 : du 08/10/2021 au 10/10/2021

Horaires : 8h30-12h30 - 14h-17h30

Lieu : Ferme des Aubes- Route du Corneret - 26400 Aouste sur Sye

Matériel à prévoir : drap pour couvrir la table, paréo et plaid, huile de massage – Tenue souple

Programme de la formation :

Jour 1

Matin :

- Eveil corporel en lien avec ce massage
- Introduction, historique, bases théoriques et modes d'actions
- Massage intuitif guidé par l'intention de la vague
- Explications des phases du protocole

Après-Midi :

- Démonstration séquence 1 du protocole
- Pratique supervisée en binômes
- Echange de ressentis – questions-réponses
- Démonstration séquence 2 du protocole
- Pratique supervisée en binômes
- Echange de ressentis – questions-réponses

Jour 2

Matin :

- Eveil en lien avec la fluidité du mouvement continu
- Révisions de la veille en « air massage »
- Démonstration séquence 3 du protocole
- Pratique supervisée en binômes
- Echange de ressentis – questions-réponses
- Démonstration séquence 4 du protocole
- Pratique supervisée en binômes
- Echange de ressentis – questions-réponses

Après-Midi :

Naturilys Ecole pratique de naturopathie
Espace Barral, 7 rue des Fabriques – 26 150 DIE
coordination@naturilys.fr • www.naturilys.fr
N° SIRET 83415711700021
N° d'agrément de formation 8426026872



- Révisions séquences 1 à 4 en « air massage » et pratique guidée en groupe
- Démonstration séquence 5 du protocole
- Pratique supervisée en binômes
- Echange de ressentis – questions-réponses
- Démonstration séquence 6 du protocole
- Pratique supervisée en binômes
- Echange de ressentis – questions-réponses

Jour 3

Matin :

- Eveil en lien avec la présence dans le contact à l'Autre, la conscience corporelle
- Approfondissement théorique et démonstration des variations de rythme, profondeur et du travail global/local, du lien haut/bas du corps
- Révisions du protocole entier
- Pratique guidée tous ensemble

Après-Midi :

- Pratique en binôme du protocole complet – 1 – séance de 60 mn
- Evaluation à l'aide d'une grille remplie par la formatrice
- Echange de ressentis
- Pratique en binôme du protocole complet - 2 – séance de 60 mn
- Evaluation à l'aide d'une grille remplie par la formatrice
- Echange de ressentis
- Tour de parole de clôture

Modalités d'évaluation :

Evaluation des compétences stagiaires :

Dans le cadre de la formation professionnelle continue, cette formation est soumise à évaluation permettant sa validation.

Elle comporte un volet comme suit :

- Evaluation pratique

Un certificat de formation sera délivré sous conditions de réussite à cette évaluation

Evaluation de la formation : Questionnaire en remplir en fin de formation

Tarif :

330 € (en autofinancement)

Session de 3 jours comprenant supports techniques et évaluation.



Conditions d'inscriptions :

L'inscription à ce module de formation continue se fait au moyen du bulletin d'inscription joint et d'un chèque d'acompte de 99,00€.

Vous recevrez une convocation et des informations pratiques 15 jours avant le début de la formation.

A noter : - Préinscription possible par téléphone ou par mail.
L'inscription sera définitive à la réception de l'acompte et du bulletin d'inscription.
- Les dates peuvent être soumises à modification.
- Pour tous renseignements, n'hésitez pas à nous contacter.
- SEULS LES DOSSIERS COMPLETS SERONT VALIDÉS.
NB : Vous bénéficiez d'un délai de rétractation de 14 jours.

Conditions générales de vente

Article 1 : Inscription. Les frais de formation englobent la formation et le dossier technique complet. Dès réception de votre bulletin d'inscription accompagné de votre règlement d'acompte de 30 % du montant de la formation, NATURILYS vous fera parvenir, dans un premier temps, votre contrat de formation, qui permettra par retour auprès de NATURILYS de valider votre inscription, le chèque d'acompte étant alors encaissé. Votre dossier pratique (plan d'accès, matériel, horaires, convocation) vous sera ensuite adressé une quinzaine de jours avant le début de la formation.

Article 2 : Conditions de règlement. Votre acompte doit être adressé à NATURILYS - Espace Barral, 7 rue des Fabriques - 26150 DIE. Le solde du règlement devra être remis à NATURILYS au plus tard le 1^{er} jour du stage et sera encaissé à son issue. Il vous appartient de valider avec votre employeur l'imputabilité de votre formation.

Article 3 : Annulation / Report. En cas d'annulation moins de 10 jours calendaires avant les dates de formation choisies, ou d'absence lors du déroulement des journées de formation, le paiement intégral de la formation est dû à NATURILYS à titre de dédit.

Jusqu'à 11 jours calendaires avant le début de la session de formation choisie, une retenue de 30 % des frais de formation s'applique, soit le montant de l'acompte versé. NATURILYS se réserve le droit de reporter les dates ou de modifier le lieu de formation si des circonstances indépendantes de sa volonté l'y obligent.

Coordination stagiaires :

Administratif et pratiques : Julie Vincent. Courriel : coordination@naturilys.fr . 07 57 42 26 39

Chargée de formation : Virginie Caubert. Courriel : ecole@naturilys.fr

Conditions d'information du public :

Diffusion numérique : site internet, réseaux, lettre d'information.