



# Formation massage Assis

Le massage assis AMMA est une technique de relaxation, pratiqué sur une chaise ergonomique dédiée pour ce type de massage.

Ce massage assis consiste à éliminer le stress, le fatigue et les douleurs et aussi permet d'activer la circulation de l'énergie dans le corps. Cette pratique se développe de plus en plus chaque jour notamment pour lutter contre le stress.

Ce type de massage peut être proposé aux particuliers mais également aux professionnels ! De nombreuses entreprises sont aujourd'hui sensibilisées à l'importance d'avoir des salariés détendus et relaxés au travail.

**Formateur·rice(s) :**

## Objectifs visés

- Maîtriser le protocole et technique et les concepts théoriques du massage AMMA ASSIS
- Maîtriser les indications / contres indications du massage AMMA ASSIS
- Adapter la pression, la fluidité, la posture à la morphologie du massé
- Écouter et entendre les besoins du client

## Méthodes d'évaluation

- Quiz
- Cas pratique
- Jeu de rôle / Simulation

## Déroulé pédagogique

### Journée 1

- Accueil du stagiaire
- Les règles d'hygiène & de sécurité
- le matériel nécessaire
- Questionnaire de santé
- histoire du massage
- mise en pratique
- Savoir vendre le massage

- PAUSE REPAS
- Démonstration sur modèle
- pratique sur modèle
- Nettoyage & Désinfection
- Questions & Clôture
- évaluations & Remise des attestations

## Informations complémentaires

**Durée :** 8 heures de formation sur 1 jour

**Pré-requis :**

**Public concerné :** Ouvert à tous.