

# A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en massage de Bien-Etre et Médecine  
Traditionnelle Chinoise



## PROGRAMME DETAILLE DE LA FORMATION TECHNICIEN BIEN-ETRE - TITRE RNCP N° 34921



NB: durant les journées, la supervision de chaque stagiaire est permanente, les erreurs sont corrigées au fur et à mesure et autant de fois que nécessaire.

### Prérequis :

Cette formation est ouverte à toute personne souhaitant s'orienter dans le métier du massage.

### Tronc en commun obligatoire de 151 heures

- Anatomie Squelette (14h)
- Anatomie Muscles (14h)
- Anatomie Viscères (7h)
- Anatomie Palpatoire (7h)
- S'installer dans la profession (7h)
- Communiquer et gérer son activité (14h)
- Marketing et image (14h)
- Atelier vente (7h)
- Aromathologie (14h)
- Olfactologie (7h)
- Maquillage Flash (7h)
- Connaissance en coiffure (3h)
- Toucher excellence (28h)
- Réunion information examen (3h)
- Suivi de dossier Rapport de stage (1h)
- Suivi de dossier professionnel (2h)
- Suivi support de communication (2h)

Centre de Formation A Fleur de Peau  
Siège social : A Fleur de Peau, 6 cours de la  
N° d'activité de centre de formation :  
Tel : 04 78 84 24 91 / 06 69 70 27 27



[www.centre-formation-massage.com](http://www.centre-formation-massage.com)  
Liberté 69003 Lyon - Siret n°502 651 284 00049  
82 69 1254469

# A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en massage de Bien-Etre et Médecine  
Traditionnelle Chinoise



## Cursus optionnel

161 heures soit 23 jours qui permet de se spécialiser sur plusieurs pratiques de massage de bien-être.

**Le choix des formations devra se faire en fonction de votre projet et de ce que vous souhaitez créer.**

## Stage d'immersion dans un établissement obligatoire de 245 heures soit 7 semaines de stage

Tous nos stagiaires seront accueillis dans l'établissement de leur choix. Ce stage obligatoire vous permettra de vous projeter dans le métier de Technicien de Bien-Etre.

Un rapport de stage sera demandé et à présenter devant le jury.

## Les débouchés

Cette formation vous permettra d'être **à votre compte** ou d'être **employé** afin d'intervenir dans :

- les salons de massage
  - les instituts
  - les spa
  - les hôtels
  - les maison de retraites
  - les centre de vacances
  - les bateaux de croisière
  - massage à domicile
  - les centres de loisir
- Etc.

Lors de toutes les formations, les participants auront chacun un support de cours qui permet d'expliquer chaque mouvement grâce à des photos, des schémas et des textes explicatifs. Un espace vide est aussi présent à côté de toutes les photos afin qu'il puisse expliquer avec ses propres termes le mouvement et ainsi mieux le retenir. Des tables de massage, futons, chaises, tabourets, paperboard, vidéoprojecteur, tatamis, différentes huiles sont mises à disposition.

Chaque séance de formation permet de se mettre en condition pour donner un bon massage, tel que la concentration, la respiration, la posture, l'échauffement du corps : Ainsi chaque journée débute par un échauffement d'environ 20mn. Un soin particulier est porté tout au long de la formation sur la posture et l'utilisation du poids de notre corps afin d'éviter de se fatiguer rapidement, mais aussi de donner les meilleures sensations au receveur et pouvoir pratiquer plusieurs séances de massage.

L'enseignement donné est surtout axé sur le côté pratique. La technique enseignée est montrée par petites séquences à tour de rôle sur deux participants volontaires. Les participants reproduisent ensuite les gestes vus quelques minutes plus tôt grâce à la formation de binôme. L'un massera sur l'autre, puis les rôles seront inversés. Ils connaîtront ainsi le ressenti du point de vue du donneur mais également du receveur. La formatrice ou le formateur corrigeront alors

Centre de Formation A Fleur de Peau  
Siège social : A Fleur de Peau, 6 cours de la  
N° d'activité de centre de formation :  
Tel : 04 78 84 24 91 / 06 69 70 27 27



[www.centre-formation-massage.com](http://www.centre-formation-massage.com)  
Liberté 69003 Lyon - Siret n°502 651 284 00049  
82 69 1254469

# A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en massage de Bien-Etre et Médecine  
Traditionnelle Chinoise



les postures et gestes des participants pendant leur pratique et répondront aux questions des uns et des autres. Le(a) formateur(rice) veillera à ce que les participants changent régulièrement de partenaires afin qu'il puisse s'entraîner sur des morphologies différentes. Cela reste la meilleure méthode pour être le plus près possible de la réalité du monde du travail dans le massage de bien-être et de relaxation

Pour valider une formation, le participant devra atteindre au minimum la note de 12/20, si ce n'est pas le cas, il devra alors repasser la partie qu'il a échoué. Chaque formation validée donne droit à une attestation ou à une certification.

La formation de Technicien en Massage de Bien-Etre est certifiante de par le Titre RNCP enregistré le 7 août 2018 n° 34921.

## Bloc de compétences :

| Intitulé   | Descriptif et modalités d'évaluation   |
|--|--|
| Bloc de compétence n°1 de la fiche n° 34921 – La réalisation de techniques de massages                               | <p><b>Les compétences attestées :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- L'accueil et l'orientation des clients<ul style="list-style-type: none"><li>• La prise en charge du client</li><li>• Les conseils permettant de satisfaire la demande du client</li><li>• Organisation d'une ambiance</li><li>• Le respect des précautions d'usage</li></ul></li><li>- Le déroulement d'une pratique en techniques de massages<ul style="list-style-type: none"><li>• Application du protocole</li><li>• Explication du déroulement de la technique</li><li>• La prise en charge et du bien-être du client tout au long de la séance</li></ul></li><li>- La prise en compte des résultats de ses prestations<ul style="list-style-type: none"><li>• Le questionnement de sa prestation auprès des clients</li><li>• La prise de congé et les conseils post-massages</li></ul></li></ul> <p><b>Modalités d'évaluation :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Remise d'un rapport de stage présentant le déroulement au moins 7 techniques sur les clients et leurs appréciations</li><li>• Grille d'évaluation du tuteur accompagnateur du stage et/ou de l'alternance</li><li>• Évaluation sur deux techniques de massage sur un modèle vivant à présenter devant le jury professionnel</li></ul> |
| Bloc de compétence n°2 de la fiche n° 34921 - Gestion de l'information et des conseils dans la conduite d'un massage | <p><b>Les compétences attestées :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- L'application des connaissances en anatomie, cosmétologie et esthétique<ul style="list-style-type: none"><li>• L'orientation de sa prestation en fonction de la morphologie squelettique et musculaire du client</li><li>• Les conseils et les informations apportés liés aux problématiques éventuelles du client au niveau des viscères, des muscles et du squelette</li></ul></li></ul>   |



# A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en massage de Bien-Etre et Médecine  
Traditionnelle Chinoise



|   |  |
|---|--|
|   | <ul style="list-style-type: none"><li>• L'application d'un toucher adapté aux techniques proposées : excellence du touché</li></ul> <p>- L'utilisation de la cosmétologie en lien avec l'activité de technicien spa et bien-être</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Les conseils sur les produits dérivés des techniques de massage</li><li>• La vente de produits de bien-être complémentaires</li></ul> <p>- La remise en beauté en lien avec l'activité de technicien spa et bien-être</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• L'application d'un maquillage flash</li><li>• L'application d'un re coiffage simple</li></ul> <p><b>Modalités d'évaluation :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Examen écrit permettant de définir les repérages anatomiques squelettiques, musculaires et viscères d'un sujet</li><li>• Pratique et mise en situation concrète sur un modèle vivant permettant de réaliser un diagnostic et une pratique</li><li>• Grille d'évaluation du tuteur pendant le stage en entreprise en lien avec sa pratique expérientielle portant sur la pratique et le traitement de particularités</li><li>• Oral avec jury de 5 minutes</li></ul>  |
| <p>Bloc de compétence n°3 de la fiche n° 34921 - Gestion d'une activité autonome de Technicien spa et bien-être</p> | <p><b>Les compétences attestées :</b></p> <p>- La définition de son cadre d'intervention</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• L'identification de sa clientèle</li><li>• La présentation de sa pratique auprès d'une clientèle et/ou des prestataires spas, instituts, salles de sports...</li><li>• L'installation d'un lieu et/ou d'une ambiance en lien avec son activité</li><li>• La gestion de la relation client</li><li>• La création de supports de conseils à la vente</li><li>• L'utilisation d'outils de satisfaction client</li><li>• La gestion de supports de communication et l'appartenance à des réseaux de communication et sociaux</li></ul> <p>- La gestion administrative et financière de son activité</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• La gestion de ses obligations statutaires et juridiques</li><li>• La contractualisation et la gestion commerciale de ses prestations</li><li>• Le traitement de la sous-traitance, proposition de devis et la gestion de la facturation</li><li>• La préparation des éléments comptables et financier géré par son cabinet comptable</li><li>• L'enregistrement sur les régimes de retraites et de prévoyances</li><li>• La gestion du personnel et l'organisation du travail</li></ul> <p><b>Modalités d'évaluation :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Réalisation d'un dossier professionnel :</li><li>• Démonstration de son espace de travail présentant l'aménagement et l'ambiance pour réaliser son activité</li><li>• Grille d'appréciation et d'évaluation de la période expérientielle</li><li>• Soutenance de ce dossier devant le jury professionnel</li></ul> |

