

# FORMATION MASSAGE AMMA

La nature de la formation est l'apprentissage du massage amma à travers des gestes, des postures et un protocole spécifiques nécessaires à sa bonne pratique. Cette formation est essentiellement pratique mais elle aborde aussi les conseils liés à cette pratique.

## OBJECTIFS

A l'issue de la formation vous serez capable de :

- Connaître et savoir maîtriser les postures et gestes du amma.
- Savoir donner une séance de 20 min de amma en respectant les manœuvres du protocole
- Développer ses compétences dans le domaine du bien-être
- Acquérir un savoir sur la déontologie et les contre indications

## PROGRAMME

Accueil et présentation de la formatrice et du programme de la formation

Jour 1 : Apprentissage du Amma

Théorie, et Séance d'échauffement.

Apprentissage de la partie dos bras en utilisant des gestes de pressions pouce coudes.

Apprentissage de la partie bas du dos jambes et crâne.

Mise en pratique de la technique sur un temps donné.

### DATE

Nous contacter

### DUREE

1 journée de 7h

1 journée de formation

### PUBLIC

Adulte en activité lié au bien être (esthéticienne, spa praticienne) ou pour les personnes faisant une reconversion professionnelle, sauf personnes ayant des contre indication nous consulter

**10 personnes MAX**

### PRE REQUIS

Aucun



MAJ le 9.11.2025

# METHODES MOBILISEES

## Modalités pédagogiques et support :

Un support de cours permet d'expliquer chaque mouvement grâce à des photos, des schémas et des textes explicatifs. Ce document est remis à chaque participant. Mise en situation pratique. La formatrice corrigera alors les postures et gestes des participants pendant leur pratique et répondra aux questions des uns et des autres. La formatrice veillera à ce que les participants changent régulièrement de partenaires afin qu'il puisse s'entraîner sur des morphologies différentes.

Matériel : Des tables de massages, des chaises de massages ainsi que les serviettes et outils sont mis à disposition des élèves.

Moyen humain : Jarousse Nathalie Spa praticienne 20 ans d'expérience

# METHODES D'EVALUATIONS

Durant la formation, la supervision de chaque stagiaire est permanente, les erreurs sont corrigées au fur et à mesure et autant de fois que nécessaire. Les stagiaires travailleront en binôme et seront une fois massé, une fois masseur.

En fin de formation, le stagiaire devra exécuter un massage amma en totalité, sous le contrôle du formateur qui vérifiera la bonne acquisition du protocole à travers une évaluation.

Une attestation de formation sera remise en fin de formation. Questionnaire à chaud

## **A CORPS PAR FEE**

Siret 498 986 124 00028

Nda 84430341343 enregistré auprès de la Directe Rhône Alpes Auvergne.

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

## € TARIF

180 € par participant sur fonds propres.  
Prise en charge OPCO nous contacter.

## 📍 LIEU

A CORPS PAR FEE  
2 rue de l'église  
43770 chadrac

## PRISE EN COMPTE DU HANDICAP

Une adaptation à toutes nos formations est possible pour les personnes nécessitant un aménagement spécifique, sous réserve de nous contacter.

## **Référente Handicap :**

Nathalie JAROUSSE  
0681369205  
acpf.formation@gmail.com

