

C' est une méthode de massage bien-être innovante qui associe :

- **Les principes de la naturopathie** (alimentation, huiles essentielles, hydratation, respiration, hygiène de vie),
- **Les techniques de drainage manuel** pour stimuler la circulation sanguine et lymphatique,
- **Les manœuvres minceur** (palper-rouler, lissages, pressions) pour favoriser le remodelage corporel,
- **Une approche énergétique** visant à harmoniser les différents flux du corps (sanguin, lymphatique, énergétique et digestif). Ces manœuvres sont associées avec des techniques de libérations émotionnelles

C'est un massage complet, à visée détoxifiante et régénérante, qui agit en profondeur sur :

- La **relance des émonctoires** (organes d'élimination),
- La **diminution des tensions** physiques et émotionnelles,
- La **réduction des sensations de lourdeur** (jambes, abdomen),
- La **stimulation de la vitalité globale** et du métabolisme.

Public visé

- Personnes occupant un poste dans un salon de soins esthétiques, une structure médicale ou paramédicale.
- Personnes ayant un projet d'installation en pratique de massages bien-être.
- Entrepreneurs, salariés, non-salariés, personnes en recherche d'emploi ou en reconversion professionnelle.
- Praticiens en massage bien-être et soins corporels.
- Professionnels de la santé paramédicale et médicale souhaitant enrichir leurs compétences.

Pré-requis Occuper un poste en soins esthétiques, médicaux ou paramédicaux, OU avoir un projet d'installation en massage bien-être.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

- **Inter** : lors des premiers contacts, un entretien permet de prendre en compte les spécificités du handicap et d'étudier les aménagements nécessaires.
- **Intra** : prévenir lors de l'inscription afin d'adapter la formation.
- **Référent handicap** : Lynda Mainard – joignable du lundi au vendredi, 9h-18h.

Modalités d'inscription

- Entretien téléphonique préalable avec la responsable de formation.
- Objectif : recueillir informations, expériences, motivations, présenter les contenus et modalités.
- Permet de valider le projet de formation et d'éviter les abandons.
- Inscription possible à tout moment dans la limite des places disponibles

 **Tarifs** : Particuliers : **530 €** OPCO/FAF : **690 €**

 **Les + de la formation** : Groupes limités à 8 personnes. Accompagnement personnalisé. Attestation de formation remise.

Titre : *Body Naturo Flux Détox*

Durée : 3 jours – 21 heures

Lieu : 7 rue de la Porcelaine, 64100 Bayonne

Dates : Selon calendrier ou sur demande

Horaires : 9h00 – 12h00 / 13h00 – 17h00 (2 pauses de 10 min + 1h repas)

Nombre de stagiaires : 2 à 8 personnes

Objectifs pédagogiques. Comprendre les fondements de la naturopathie appliqués au massage détox. Maîtriser les techniques de drainage et minceur pour stimuler les flux corporels. Réaliser un protocole complet *Body Naturo Flux Détox*. Être capable de conseiller le client pour prolonger les effets du massage.

Compétences visées

- Identifier les flux corporels et leurs impacts sur la santé globale.
- Expliquer les bienfaits et contre-indications de la méthode.
- Mettre en œuvre un protocole complet de 90 minutes.
- Intégrer des conseils simples de naturopathie et hygiène de vie.

Déroulé pédagogique (3 jours – 21h)

Jour 1 – Fondements et initiation (7h)

- Accueil des stagiaires (présentation et attentes).
- Définition du *Body Naturo Flux Détox* et principes naturopathiques associés.
- Étude des flux corporels : sanguin, lymphatique, énergétique, digestif.
- Présentation des huiles, plantes et supports naturels.
- Démonstration des manœuvres de drainage doux.
- Exercices pratiques guidés en binômes (postures, gestes).

Jour 2 – Techniques minceur et drainage ciblé (7h)

- Révision active des acquis (échauffement et corrections).
- Techniques de drainage manuel ciblées (jambes, abdomen, bras).
- Gestes minceur : palper-rouler manuel, lissages profonds.
- Construction de séquences pratiques par zones.
- Conseils naturopathiques associés (respiration, hydratation, alimentation).

Jour 3 – Intégration et évaluation (7h)

- Révisions théoriques sous forme de QCM.
- Réalisation du protocole complet *Body Naturo Flux Détox* (90 min).
- Évaluation pratique individuelle avec grille critériée.
- Débriefing collectif et corrections personnalisées.
- Conseils de mise en place professionnelle.
- Remise des attestations de formation.

 **Moyens pédagogiques :** Support pédagogique (manuel stagiaire + schémas). Démonstrations par le formateur. Pratiques supervisées en binômes. Fiches pratiques pour suivi client.

 **Évaluation : Théorique :** QCM jour 3. **Pratique :** protocole complet évalué par le formateur.

Auto-évaluation : prise de recul personnelle.

Bienfaits du *Body Naturo Flux Détox*

Sur la circulation et les flux corporels

Sur la silhouette et le métabolisme

Sur le bien-être global

Sur l'accompagnement naturopathique