PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE *Mise a jour le 09/01/26*

MADÉROTHÉRAPIE CORPS

Massage minceur – fermeté – tonification

1. PRÉSENTATION DE LA FORMATION

La **madérothérapie** est une technique de massage d'origine colombienne utilisant des **outils en bois spécialement conçus** pour stimuler le corps et le visage.
Le terme *madérothérapie* vient du mot espagnol *madera*, qui signifie *bois*.

Cette méthode naturelle vise à :

- Améliorer la circulation sanguine,
- Favoriser le drainage lymphatique naturel,
- Réduire la rétention d'eau,
- Raffermir et tonifier les tissus cutanés.

Les instruments en bois permettent d'exercer des **pressions et mouvements spécifiques**, offrant un travail précis, profond et progressif, tout en respectant la physiologie du corps et le confort du client.
La madérothérapie est une méthode **100 % naturelle et non invasive**, très appréciée dans le domaine du bien-être et de l'esthétique.

2. INFORMATIONS GÉNÉRALES

- **Durée** : 2 jours – 14 heures
- **Horaires** : 09h00–12h00 / 13h00–17h00 *(2 pauses de 10 minutes + 1h pause déjeuner)*
- **Lieu** : 7 rue de la Porcelaine – 64100 Bayonne
- **Effectif** : 2 à 8 stagiaires
- **Modalité** : Formation 100 % présentielle

Tarifs Particuliers : 490 € OPCO / FAF : 588€

Contact : 06 59 05 79 79

3. PUBLIC VISÉ Cette formation s'adresse à :

- Entrepreneurs
- Salariés et non-salariés
- Personnes en recherche d'emploi ou en reconversion professionnelle
- Praticiens en massage bien-être et soins corporels
- Professionnels paramédicaux et médicaux

4. PRÉREQUIS Aucun prérequis n'est exigé.
Il est toutefois recommandé d'avoir un **projet personnel ou professionnel** en lien avec le massage, le bien-être ou les soins corporels.

5. OBJECTIFS DE LA FORMATION Objectif général

Maîtriser un **protocole complet de madérothérapie corps** dans le cadre d'un massage minceur et fermeté, en respectant les règles professionnelles.

Objectifs opérationnels

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Expliquer les principes et bienfaits de la madérothérapie
- Connaître les règles d'hygiène, de sécurité et d'ergonomie
- Identifier les indications et contre-indications
- Préparer l'environnement de travail
- Mener un entretien préalable au massage
- Adapter les outils et pressions selon les zones et la morphologie
- Intégrer les gestes et postures professionnelles
- Gérer le temps et le déroulement d'une séance
- Réaliser une séance complète en autonomie

6. ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Inter :Lors de nos premiers contacts, nous vous proposerons un entretien afin de prendre en compte les spécificités de votre handicap et de déterminer les éventuels aménagements ou dispositions à mettre en place. Le référent handicap est Lynda Mainard disponible de 9h à 18h00 du lundi au vendredi

OU Intra :Pour toute inscription de personnes en situation de handicap, il convient de nous prévenir de manière à étudier l'aménagement de la formation. Le référent handicap est Lynda Mainard disponible de 9h à 18h00 du lundi au vendredi

Un entretien préalable permet d'identifier les besoins spécifiques et d'envisager les adaptations nécessaires.

Référente handicap : Lynda Mainard
Disponible du lundi au vendredi, de 9h à 18h.

7. MODALITÉS D'INSCRIPTION

- Inscription possible à tout moment selon les places disponibles
- Dates selon calendrier ou sur demande
- **Entretien téléphonique préalable obligatoire**, permettant :
    - d'analyser le projet du candidat,
    - de présenter les objectifs, le contenu et les modalités,
    - de sécuriser le parcours et limiter les abandons.

8. ORGANISATION PÉDAGOGIQUE Chaque journée comprend :

- Échauffement corporel
- Révision des acquis de la veille
- Alternance théorie / pratique
- Corrections individualisées
- Temps d'échanges et questions-réponses

9. CONTENU DE LA FORMATION

Jour 1 – Fondamentaux de la madérothérapie

- Accueil des stagiaires et présentation
- Test de positionnement
- Origines et principes de la madérothérapie
- Anatomie et physiologie de base
- Indications et contre-indications
- Règles d'hygiène, de sécurité et d'ergonomie
- Présentation et manipulation des outils en bois
- Démonstrations des techniques de base
- Premières pratiques supervisées
- Débriefing collectif

Jour 2 – Techniques spécifiques et approfondissement

- Révision des acquis

    - QCM théorique
- Madérothérapie ciblée : Jambes, Ventre, Bras
    - Ajustement des pressions et du rythme
    - Travail de la gestuelle professionnelle
    - Adaptation aux objectifs minceur et fermeté
    - Mises en situation professionnelles
    - Évaluation pratique intermédiaire

10. MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Formation exclusivement en présentiel
- Alternance théorie / pratique
- Démonstrations professionnelles
- Pratique en binôme
- Supports pédagogiques remis par e-mail

11. MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Évaluation continue par observation
- Évaluation finale pratique portant sur la réalisation d'une séance complète
- Grille d'évaluation des compétences

12. VALIDATION DE LA FORMATION

- Attestation de formation
- **Certificat de formation "Madérothérapie corps – massage minceur et fermeté"** remis en fin de stage

13. MOYENS MATÉRIELS

- Tables de massage
- Outils de madérothérapie
- Huiles et produits fournis
- Boissons chaudes offertes
  (Serviettes non fournies)

14. BIENFAITS DE LA MADÉROTHÉRAPIE

- Réduction de l'aspect de la cellulite
- Diminution de la rétention d'eau
- Amélioration de la circulation sanguine
- Raffermissement et tonification de la peau
- Sensation de légèreté et de bien-être
- Méthode 100 % naturelle et non invasive

15 INDICATEUR DE RÉSULTAT Depuis 2022, à la question De manière générale, êtes-vous satisfait de la formation ? Les stagiaires int l'ensemble des formations (373) ont répondu : Très satisfaisant : 100 %