

L'INSTITUT K

Formation

L'INSTITUT K FORMATION – Centre de Formation Certifié QUALIOPF

09.53.98.76.45 – institutk.nancy@gmail.com

26B Rue Saint Michel 54000 NANCY – SIRET 831 139 407 00041

Enregistré sous le numéro 44540423854 auprès du préfet de la région GRAND EST.

Massage corps bien-être

Méthode OR'iginel

Massage relaxant- Développement du toucher conscient

Durée :

2 jours - (8 heures par jour), soit 16 heures en présentiel.

Horaires : 9h00-13h00 / 14h00-18h00 avec 1 heure de pause déjeuner.

NB : Les frais d'hébergement et de restauration ne sont pas compris dans le prix de la formation.

Profils apprenants :

- Professionnels du secteur de l'esthétique, de la beauté ou de la santé.
- Praticiens du bien-être souhaitant une remise à niveau.
- Étudiants du secteur esthétique et de la beauté.
- Reconversions professionnelles.

Pré-requis :

- Personne majeure uniquement.
- Aucun pré-requis.

Accessibilité et délais d'accès :

- Les besoins sont identifiés et validés en amont.
- La convention ou le contrat est signé(e) en amont.
- La facture/acompte est payé(e).
- Financement possible : Oui, (FAFCEA, FIFPL, OPCO, Pôle emploi,...)

Contactez-nous : [***institutk.nancy@gmail.com***](mailto:institutk.nancy@gmail.com)

Les personnes atteintes de handicaps souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement afin d'étudier ensemble les possibilités d'accueil et d'accompagnement de la formation.

Objectifs pédagogiques :

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

Connaissances théoriques :

- Comprendre les bases de l'anatomie : structure, fonctionnement, particularités.
- Connaître les notions de toucher conscient, de polarités et d'harmonisation.
- Maîtriser les règles de sécurité, les contre-indications et le cadre professionnel.

Connaissances pratiques :

- Réaliser une prestation complète du massage OR'iginel, de l'accueil au départ du client.
- Appliquer les techniques spécifiques du protocole et l'adapter aux besoins et limites de chaque client.
- Identifier les réactions corporelles pour favoriser un toucher juste et précis.
- Acquérir une parfaite posture professionnelle et physique pour préserver sa santé.
- Respecter les règles d'hygiène et de sécurité, en intégrant les protocoles adaptés.
- Être capable d'établir un diagnostic personnalisé et de conseiller le client.

L'INSTITUT K

Formation

L'INSTITUT K FORMATION – Centre de Formation Certifié QUALIOPF

09.53.98.76.45 – institutk.nancy@gmail.com

26B Rue Saint Michel 54000 NANCY – SIRET 831 139 407 00041

Enregistré sous le numéro 44540423854 auprès du préfet de la région GRAND EST.

Contenu de la formation :

JOUR 1 : MATIN (9h00-13h00)

- Accueil (thé & café).
- Présentation formatrice/apprenants.
- Quizz d'entrée d'évaluation du niveau de chacune.
- Théorie complète :
 1. Présentation de la méthode OR'iginel.
 2. Origines.
 3. Bienfaits.
 4. Indications et contre-indications.
- La posture du praticien : ancrage, respiration et centrage.
- Qualité de présence et intention dans le geste.
- Exercice corporel : ancrage, respiration consciente et recentrage.

JOUR 1 : APRÈS-MIDI (14h00-18h00)

- Apprentissage des premiers gestes : partie antérieure.
- Apport de connaissance théorico-pratique sur le corps humain.
- Travail sur l'avant du corps : détente musculaire et enveloppement.
- Pratique en binôme guidée
- Bilan de la journée
- Rangement & préparation pour le lendemain.
- Évaluation et Livret de suivi à remplir 1er jour.

JOUR 2 : MATIN (9h00-13h00)

- Révision de gestes appris.
- Apprentissage des gestes : partie postérieure.
- Jeux de mémorisation.

JOUR 2 : APRÈS-MIDI (14h00-18h00)

- Entraînement du massage complet du corps en binôme.
- Réalisation et évaluation du massage complet corps en binôme.
- Évaluation de la posture, du toucher et du rythme.
- Questions/réponses.
- QCM final d'évaluation des acquis & Livret de suivi 2ème jour.
- Évaluation à chaud de la formation et de la formatrice.
- Rangement & Nettoyage des espaces de travail.
- Remise du certificat et de l'attestation de formation.
- Bilan de la formation.
- Conclusion.

Prix : 599,00€ TTC (Paiement en 3 ou 4 fois sans frais possible par carte bancaire).

Moyens pédagogiques et techniques :

- Salle de formation théorique et pratique.
- Matériel mis à disposition.
- Tables de massage 70 cm de large.
- Book complet de formation.
- Projection sur écran plat des supports écrits et visuels.
- Apport d'expérience et démonstration pratique de notre formatrice.
- Pratique en binômes supervisés ou sur modèles.
- Temps de retour réflexif et de partage en groupe.
- Évaluation formative en continu et massage final validé.

NB : apporter 2 grandes serviettes et 2 moyennes serviettes.

Équipe pédagogique et organisation : ANDRÉ Caroline.

Formatrice : RIPPLING Ophélie, fondatrice de la marque et créatrice du protocole OR'iginel, Praticienne bien-être depuis 2019, spécialisée dans le burn-out et les traumatismes émotionnels.

Dispositif de suivi :

- Feuille de présence.
- QCM d'entrée et de sortie.
- Livret de suivi.
- Formulaire d'évaluation de la qualité de la formation et de la formatrice.
- Groupe Whatsapp 6 mois : Disponibilité et réactivité de la formatrice aux questions post-formation.