

PROGRAMME DE FORMATION

MODELAGE CRÂNIEN INDIEN

OBJECTIFS

- Accueillir un client et réaliser une anamnèse adaptée au massage bien-être.
- Identifier les contre-indications spécifiques et adapter sa pratique.
- Installer correctement le receveur (en position assise et/ou allongée).
- Adopter une posture juste, souple et un ancrage corporel efficace.
- Réaliser les manœuvres spécifiques du massage crânien indien (frictions, lissages, percussions douces, tractions douces des cheveux, pressions des points Marmas).
- Enchaîner un protocole fluide, rythmé et structuré sur le haut du corps.
- Ajuster pression, rythme (alternance de dynamisme et de douceur) et intention selon les besoins du receveur.
- Intégrer le massage crânien indien dans une pratique professionnelle (seul ou combiné).

PUBLIC CONCERNE ET PRÉREQUIS

- Chef d'entreprise (niveau minimum CAP esthétique-cosmétique)
- Salariée en esthétique (niveau minimum CAP esthétique-cosmétique)

PROGRAMME

JOUR 1

- Accueil et présentation des stagiaires et de la formatrice
- Fondements du Massage, Ancrage, Pratique :
 - Histoire et Origines : Du massage des mères indiennes (Champi / shampoing) au soin moderne délibération du stress (Shiro / tête).
 - Philosophie Ayurvédique : Introduction rapide au concept du Prana (énergie vitale) et rôle du haut du corps dans la clarté mentale.
 - Ergonomie du Praticien (Travail sur table/ Assis/Debout) : Apprendre à monter sur la table en légèreté.
 - Préparation du soin : Choix des huiles, règles d'hygiène et indications/contre-indications spécifiques.
 - Prise de contact, placement du souffle.
 - Travail de la nuque (splénius, semi-tendineux, sous-occipitaux) et des trapèzes en poids de corps sur la table : Effleurages profonds, pétrissages vigoureux et pressions glissées sur les muscles posturaux.
- Pratique : Libération de l'Axe Épaules-Nuque et Frictions du Cuir chevelu
 - Mobilisations et étirements des épaules.

- Détente des muscles de la ceinture scapulaire (coiffe des rotateurs, grand rond, rhomboïdes, élévateur de la scapula)
- Travail de la nuque et de la base occipitale : Manœuvres d'étirement léger, pressions avec les pouces et lissages
- Le Cuir Chevelu, partie postérieure : Apprentissage des frictions rythmées du Shirotchampi avec paumes des mains, phalanges, bout des doigts, mouvements circulaires pour décoller le cuir chevelu et stimuler la microcirculation, tractions douces des cheveux, shampoing.
- Feedback de fin de journée.

JOUR 2

- Révisions du Jour 1
- Questions/réponses
- Le cuir chevelu, partie antérieure : Manœuvres avancées de pressions sur points Marma (activation énergétique) , tractions douces des cheveux à la racine (effet de décompression cutanée), shampoing, frictions vives (active la microcirculation)
- Étirement nuque
- Travail précis sur les SCM, scalènes, trapèze supérieur pour une détente profonde.
- Le Visage : Lissages des zones de tension (front, sourcils, mâchoires), étirements et lissages du pourtour de l'oreille (travail du nerf vague pour apaiser).
- Cartographie et protocoles des Points Marma : Localisation exacte et technique de digito pression douce sur les points sacrés pour calmer le système nerveux.
- Structurer l'alternance parfaite entre les manœuvres stimulantes du début et l'extrême douceur de la fin du rituel.
- Évaluation finale : Réalisation du soin complet validant la posture, le rythme traditionnel et enchaînement technique.
- Bilan de fin de formation

MÉTHODE ET MOYENS PEDAGOGIQUES

- Travail théorique sur manuel remis au stagiaire
- Apprentissage de la technique entre apprenants.
- Matériel fourni pour la formation : tout le matériel nécessaire à la pratique de cette formation est fourni par le Comptoir Beauté Formation, sauf si vous avez reçu une liste de matériel dans votre dossier d'inscription indiquant ce que vous devez amener

MODALITÉS DE SUIVI ET APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

- Fiche de présence émargée
- Vérification des atteintes des objectifs à l'issue de la formation (test théorique et / ou pratique)
- Certificat de formation remis aux stagiaires après contrôle des connaissances

DELAIS D'ACCES

- L'organisme de formation Le Comptoir Beauté s'engage à répondre sous 48h à toute demande d'information relative à la demande d'inscription du client et se tient à votre disposition du lundi au vendredi de 9 h à 18 h au 05 56 72 30 60 ou en prenant un rdv téléphonique avec notre service "Renseignements et Inscriptions".
- Nous nous engageons à vous faire accéder à la formation, au plus tard un mois après votre demande (sauf période de fermeture de l'organisme de formation et sous réserve de places disponibles)
- Les inscriptions aux formations doivent intervenir au plus tard 24h avant la date de début de la session (hors week-end, jours fériés et fermeture annuelle)

DURÉE DE LA FORMATION

2 Jours : 16 heures

Horaire : 9h00 - 12h30/ 13h30 – 18h00

TARIF DE LA FORMATION

560 € nets par stagiaire