

## Sens et Avenir-massages et formations

maison thiebaut, Id procojo  
20290 casamozza  
Email: lais.maldonado@hotmail.fr  
Tel: 0645483439

# Massage Polynésien Lomi Lomi

*Découvrez le massage polynésien Lomi lomi tout droit venu de Hawaï. Le Lomi lomi est un massage traditionnel dont les mouvements correspondent aux 4 éléments (air, terre, eau et feu), pratiqué dans la philosophie Huna (harmonie universelle). Ce massage venu des îles est pratiqué à travers des mouvements amples, fluides et dansants. La majeure partie du massage est réalisée avec les avants bras et les éminences thénar. Le masseur enchaîne les mouvements tel une chorégraphie, une danse hawaïenne cérémoniale, au rythme des vagues de l'océan Pacifique. Le Lomi lomi se pratique dans l'esprit de Aloha (respect, attention, amour)*

*qui relie le corps, le cœur, et l'âme à la source de vie.*

*A travers cette formation de 2 jours, vous découvrirez la philosophie Huna. Vous apprendrez, via l'enchaînement des manœuvres à rééquilibrer l'énergie Mana et libérer les nœuds et tensions bloqués dans le corps au moyen de pressions glissées des avants bras et des mains, d'étirements doux et de l'acupressions.*

**Durée:** 16.00 heures (2.00 jours)

### Profils des stagiaires

- Professionnels(es) en esthétique ou en massage souhaitant développer leur savoir faire
- Particuliers souhaitant s'initier ou acquérir de nouvelles compétences

### Prérequis

- Pas de niveau minimum requis

## Objectifs pédagogiques

- Maîtriser un protocole complet de massage lomi lomi, manoeuvres et postures
- Acquérir ou développer de nouvelles connaissances en techniques de massage
- Connaître les origines et la philosophie du massage traditionnel polynésien
- Savoir accueillir, accompagner et installer les clients(es)

## Contenu de la formation

- Jour 1-le matin: présentation, théorie
  - Présentation du groupe et des attentes des stagiaires
  - Qu'est ce que le massage traditionnel polynésien, sa philosophie?
  - Rappel des fondamentaux: anatomie, physiologie, énergétique
  - Importance de la respiration et du rythme
- jour 1- après-midi: pratique partie 1, face antérieure du corps, sur modèle ou binôme
  - Enumération et démonstration des manoeuvres sur la face antérieure du corps
  - Mise en pratique par le(s) stagiaire(s) sur modèle ou binôme sous supervision, alternance des masseurs/massés
  - A la fin du jour 1, le stagiaire doit savoir enchaîner la première partie du massage
- Jour 2- matin: Pratique partie 2, face postérieure du corps

Sens et Avenir-massages et formations | maison thiebaut, Id procojo casamozza 20290 | Numéro SIRET: 53007901100025 | Numéro de déclaration d'activité: 94202114520 (auprès du préfet de région de: Corse)

# Sens et Avenir-massages et formations

maison thiebaut, Id procojo

20290 casamozza

Email: lais.maldonado@hotmail.fr

Tel: 0645483439

- Enumération et démonstration des manœuvres sur la face postérieure du corps
- Mise en pratique par le(s) stagiaire(s) sur modèle ou binôme sous supervision, alternance des masseurs/massés
- Supervision et correction des gestes et postures par la formatrice
- Jour 2- après-midi: Pratique du protocole complet, révisions, évaluations
  - Révision et exécution de l'enchaînement complet du massage polynésien
  - A la fin du jour 2 le stagiaire doit être capable d'enchaîner les manœuvres du protocole complet en maîtrisant l'aspect postural et dansant de la technique
  - A compris l'importance de la respiration et la notion d'intention juste et bienveillante
  - Remise des attestations, évaluation du stage par les stagiaires

## Organisation de la formation

### Equipe pédagogique

Formatrice: Maldonado Laïs

### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Livret pédagogique (théorie et protocole) remis aux stagiaires
- Travail technique et pratique par groupe de 2
- Tables de massage, huile

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.