

Praticien en massages bien-être en Toucher-Présence

(cursus agréé FFMBE - praticien France Massage)

Non-certifiante

Formation continue.

Réf. : 25167402F — Mise à jour : 27 mars 2026

Organisme responsable : CEM FORMATION

Contenu

Objectifs

Exercer le métier de praticien en bien-être avec le statut approprié et bénéficier de la marque France Massage®, pratiquer auprès de tous les publics et proposer des séances individuelles personnalisées de massages du corps, complet ou sectoriel, habillé ou dénudé, avec ou sans huile, à domicile, en cabinet privé, en entreprise et/ou comme salarié au sein d'une structure (spa, institut...)

Les participants seront capables de:

- Pratiquer de façon autonome une diversité de gestes professionnels structurés en proposant une construction fluide, complète et sur-mesure de massage bien-être dans le respect des attentes et besoins formulés
- Faire preuve de créativité lorsque les séances sont proposées dans la durée,
- Adapter les techniques pour les enfants, les femmes enceintes, les bébés, les personnes âgées, les sportifs,
- Transmettre les clefs de l'approche spécifique de la détente corporelle des enfants, des bébés
- Assurer tout au long de la séance une posture respectueuse, dans le souci d'un toucher de qualité professionnelle, d'une juste distance bienveillante, d'une qualité de présence constante et d'une gestion respectueuse du temps imparti pour la séance,
- Structurer les bases et assurer le développement de leur projet professionnel

Programme

Identifier les grands principes théoriques

- Découvrir les bienfaits de la détente (physiques, physiologiques, psychologiques), savoir les présenter à un client, différencier les apports spécifiques de chaque technique de massage et savoir guider un client dans ses choix
- Faire l'expérience de son schéma corporel, son propre niveau de détente et de souplesse
- Conduire des temps de réflexion sur les besoins et ressentis corporels différents de l'adulte, de la femme enceinte, de la personne âgée, de l'adolescent, de l'enfant et du nouveau-né
- Acquérir les repères d'ambiance, d'hygiène et de confort d'un lieu de massage, pour le client et pour le praticien
- Connaître la réglementation et la déontologie spécifiques au massage bien-être

Adapter les modalités de mise en œuvre

- Assurer par le placement juste du corps le confort du client sur chaise ergonomique, sur table de massage, sur un futon au sol et du praticien
- Expérimenter les apports du travail en poids du corps pour masser sans se fatiguer
- Favoriser une respiration régulière et ample du praticien, son niveau énergétique, des mains chaudes
- Informer sur les modalités de choix des huiles végétales de massage
- Construire une séance unique et/ou une intervention dans la durée avec plusieurs séances
- Être susceptible de clarifier, reformuler la demande, les attentes spécifiques du client, accompagner si besoin une reformulation et rester dans les spécificités et limites d'un massage bien-être, non thérapeutique, non sexuel

Pratiquer de façon autonome des techniques de massage bien-être spécifiques

- Assurer une construction fluide et complète du massage de chaque face et de tout le corps
- Maîtriser le massage sectoriel de chaque partie du corps, dans la douceur comme la profondeur, pour alléger les zones de tensions
- Maîtriser les manœuvres caractéristiques du massage à l’huile : huilage, glisses, pressions, reliages, mobilisations, étirements...
- Adapter sa pression et le rythme du massage à la demande formulée par le client, la souplesse du corps et l’écoute respiratoire du massé
- Développer sa qualité de présence et son intention du toucher
- Faire l’expérience de l’importance aux premiers contacts, la sortie, la qualité des recouvrements et se rapporter au IV. de chacun des sept modules composant le cursus
- Prodiguer de façon autonome des séances individuelles personnalisées de massage bien-être sur table, au sol et sur chaise ergonomique susceptibles de s’adapter à toutes les contraintes (durées, lieux, publics...)

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée Aucun prérequis	Niveau de sortie Sans niveau spécifique
------------------------------------	--

Métiers associés

D1208 — Soins esthétiques et corporels

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2117526	Présentiel	RENNES	08/02/2026	08/10/2026
2250676	Présentiel	Rennes	14/12/2025	08/10/2026

Source : GREF Bretagne #25167402F