



MASSAGE
BIEN-ÊTRE
RÉUNION



PRATICIEN(NE) MASSAGE TRADITIONNEL THAÏLANDAIS

PLAN DE FORMATION

Le / /2026

FICHE ACTION

Organisme de formation	ETUDE PROSPECTIVE INGENIERIE SIRET 538 371 337 00030 - APE 8559A Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 98 97 03878 97 auprès du Préfet de région de Réunion 381, Rue Henri Bègue 97436 st leu Tel: 0262 551 507 - Fax : 0262 551 520 Courriel : contact@epi974.fr
Total d'heures de formation Coût horaire Coût de la formation	49 heures. 21,00€ 1029,00€
Dates de formation	Massage traditionnel thaïlandais: De 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30
Horaires	
Adresse	29B Avenue des Alizés 97436 ST LEU
Public	Esthéticiens, aides soignants, infirmiers, demandeurs d'emplois, indépendants, personnes en reconversion, créateur d'entreprise, etc...
Prérequis	Sans prérequis nécessaire
Accessibilité aux personnes en situation de handicap	Nous contacter

SEMIR – ZAC 2000
16, rue Claude Chappe
97420 Le Port

contact@epi974.fr

Tel : 0262 551 507
Fax : 0262 551 520
GSM : 0692 877 315



<p>Objectifs</p>	<p>Développer la justesse des perceptions, du toucher, de l'attitude.</p> <p>Acquérir les gestes du Massage traditionnel thaïlandais (acupression, étirement, malaxage, vibration et percussion).</p> <p>Connaitre et savoir repérer l'ossature et les principaux muscles du corps.</p> <p>Assurer en autonomie un Massage traditionnel thaïlandais</p> <p>Maitriser la pression et le poids du corps.</p> <p>Respecter le code de déontologie.</p> <p>Accueil professionnel du client.</p> <p>Être capable de ne pas s'épuiser en donnant Massage traditionnel thaïlandais.</p> <p>Être centré, présent à son corps, à sa posture et à sa respiration.</p>
<p>Programme de formation détaillé</p>	<p><u>MASSAGE TRADITIONNEL THAÏLANDAIS:</u></p> <p><u>Jour 1</u> : ALLONGE SUR LE DOS Exécuter les techniques massage pieds - jambes (Séquence 1) Exécuter les techniques massage jambes (1ère partie de Séquence 2)</p> <p><u>Jour 2</u> : ALLONGE SUR LE DOS Mettre en pratique les techniques de la séquence 1 (1ère partie) Exécuter les techniques massage jambes (séquence 2)</p> <p><u>Jour 3</u> : ALLONGE SUR LE VENTRE et le COTE Mettre en pratique les techniques de la séquence 2 (complète) Exécuter les techniques massage pieds - jambes - dos - crane (séquence 3)</p> <p><u>Jour 4</u> : ALLONGE SUR LE VENTRE et le COTE Mettre en pratique les techniques massage pieds - jambes - dos (séquence 3) Exécuter les techniques massage pieds - jambes - dos (séquence 4 et 5)</p> <p><u>Jour 5</u> : ALLONGE SUR LE VENTRE et le COTE et le DOS Mettre en pratique les techniques massage pieds - jambes - dos (séquence 4 et 5) Exécuter les techniques massage bras - mains - ventre - dos - épaules - crâne - visage (séquence 6 et 7 et 8)</p> <p><u>Jour 6</u> : ALLONGE SUR LE VENTRE et le COTE et le DOS et ASSIS Mettre en pratique les techniques massage bras - mains - ventre - dos - épaules - crâne - visage (séquence 6 et 7 et 8) Mettre en pratique les techniques des séquence 1 à 5)</p> <p><u>Jour 7 (7 heures)</u> : EXAMEN THÉORIQUE et PRATIQUE Le septième jour est programmé après que l'apprenant ait réalisé en autonomie un minimum de 10 massages pour « cimenter » la formation. Révision globale Répondre à 10 questions sur le Thaï yoga massage traditionnel Réaliser un massage thaïlandais ciblé de 60 minutes en autonomie</p>

Moyens	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Salle de formation ➤ Squelette « Victor » ➤ Tables de massage ➤ Chaises de massage ➤ Tatami de massage ➤ Coussins de massage ➤ Draps de massage ➤ Huile de massage ➤ Support : cours détaillé des techniques pratiques ➤ Planche anatomique et musculaire ➤ Référence : Livre « Massothérapie clinique » Edition « Maloine »
Validation	<p>Répondre à 10 questions sur le Massage traditionnel thaïlandais Réaliser un Massage traditionnel thaïlandais COMPLET de 90 minutes en autonomie Remise de l'attestation de formation.</p>