



PRATICIEN(NE) MASSAGE THAÏ SUR TABLE

MASSAGE
BIEN-ÊTRE
RÉUNION



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	28 heures. 21,00€ 588,00€
Dates de formation	Massage Thaï sur table (habillé) :
Horaires	De 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30
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 et maîtriser les techniques du massage thaï sur table (acupression, malaxage, frictions, percussions, pressions/rotations et étirements)</p> <p>Connaitre et savoir repérer l'ossature et les principaux muscles du corps.</p> <p>Assurer en autonomie un massage thaï sur table.</p> <p>Maîtriser 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 un massage thaï sur table.</p> <p>Être centré, présent à son corps, à sa posture et à sa respiration.</p>
<p>Programme de formation détaillé</p>	<p><u>FORMATION MASSAGE THAÏ SUR TABLE (habillé)</u></p> <p><u>Jour 1</u> : APPRENDRE ET PRATIQUER Exécuter les techniques d'acupression face postérieure (prise de contact) séquence 1 Exécuter les techniques de la séquence 2 (dos) Exécuter les techniques de la séquence 3 (haut du dos - crane) Exécuter les techniques de la séquence 4 (jambes postérieures)</p> <p><u>Jour 2</u> : APPRENDRE ET PRATIQUER Exécuter les techniques de la séquence 5 (jambes antérieures) Exécuter les techniques de la séquence 6 (ventre - bras - mains) Exécuter les techniques de la séquence 7 (haut du corps - crâne - visage) Exécuter les techniques de la séquence 8 (pieds)</p> <p><u>Jour 3</u> : APPRENDRE ET PRATIQUER Mettre en pratique les techniques toutes les séquences</p> <p><u>Jour 4</u> (7 heures): REVISION et EXAMEN THÉORIQUE et PRATIQUE Le quatrième jour est programmé après que l'apprenant ait réalisé en autonomie un minimum de 10 massages allongé complets pour « cimenter » la formation. Révision globale Répondre à 5 questions sur le massage allongé Réaliser en autonomie un massage allongé de 75 minutes</p>
<p>Moyens</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Salle de formation ➤ 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 »
<p>Validation</p>	<p>Chaque élève aura 10 massages à réaliser sur 10 personnes différentes pour le massage. Répondre à 5 questions sur le massage Thaï sur table Réaliser en autonomie un massage Thaï sur table de 75 minutes Remise de l'attestation de formation.</p>