



## PROGRAMME

# FORMATION MASSAGE HAWAÏEN LOMI-LOMI



**Durée :** 16h

**Horaires :** 9h-13h / 14h-18h

### Objectifs opérationnels de la formation

L'objectif est de maîtriser le protocole complet du Massage Hawaïen Lomi-Lomi dans un objectif de détente et de bien-être auprès de sa clientèle en centre de beauté :

- Se familiariser avec une technique qui se démarque par sa gestuelle enveloppante, aussi fluide et rythmée que le flux des vagues, intégrée dans la théorie des 4 éléments : eau, terre, feu et air
- Maîtriser les techniques de massage spécifique réalisées avec les paumes, les avant-bras, les coudes, les pouces et la pulpe des doigts qui se déplacent sur le corps pour laisser une sensation d'énergie renouvelée
- Dynamiser son institut de beauté, enrichir ses offres de modelage auprès de sa clientèle

### Modalités pédagogiques

Comporte une partie théorique en introduction, suivi de démonstrations et d'ateliers de pratique en binômes pour pouvoir ressentir le massage, le pratiquer et pleinement l'intégrer.

**Public :** - Esthéticienne-cosméticienne : travailleur non salariée, travailleur salariée, conjoint d'entreprise  
- Gérante d'institut, dirigeante de SAS, SARL, EURL

### Délais d'accès

La durée estimée entre l'inscription du stagiaire et le début de la formation est en moyenne d'une semaine à 15 jours car elle variera selon la réactivité du stagiaire à fournir les pièces demandées.

**Accueil des personnes en situation de handicap :** les locaux mis à disposition de Perfectis Formations sont en parfaite conformité pour l'accueil du public et sont accessibles aux personnes handicapées et à mobilité réduite. Perfectis formations met en œuvre la pédagogie, le matériel, les moyens techniques et humains permettant de s'adapter au handicap des personnes qu'elle accueille.

**Prérequis :** aucun prérequis n'est exigé

---

## PROGRAMME DÉTAILLÉ & COMPÉTENCES VISÉES

### Formation Massage Hawaïen Lomi-Lomi

#### 1<sup>er</sup> jour : Introduction - déroulement d'une séance - pratique

##### **Matin : 9h-13h** Présentation du massage + démonstration

- Remise d'un support de cours expliquant chaque geste étudié
- Remise d'un récapitulatif A4
- Le concept du massage Lomi Lomi : inspiration de la tradition Hawaïenne
- Les bienfaits, vertus physiques et psychiques du massage Hawaïen Lomi Lomi
- Les contre indications et précautions
- L'originalité du Lomi Lomi : Les 4 éléments : Eau, Terre, Feu, Air
- Enchaînement et fluidité gestuelle
- Adapter la pression en fonction de la réceptivité du receveur
- Nuancer la vitesse et le rythme
- Communication et phrase d'accroche
- Durée du massage, prix recommandés

- Démonstration complète, commentée et détaillée du massage

**Après-midi : 14h-18h Démonstrations + pratique du massage**

- Pratique 1<sup>er</sup> groupe :

- Technique du toucher avec les pouces et la pulpe des doigts
- Technique d'effleurage avec les avant bras

- Pratique 2<sup>e</sup> groupe :

- Technique du toucher avec les pouces et la pulpe des doigts
- Technique d'effleurage avec les avant bras

**2<sup>e</sup> jour : Révisions - démonstrations – pratique - évaluations**

**Matin : 9h-13h Révisions + démonstrations + pratique du massage**

**Travail en binôme**

Pratique du 1<sup>er</sup> groupe :

- Technique des manœuvres relaxantes
- Technique des manœuvres « de flux et reflux » des vagues
- Technique des manœuvres enveloppantes
- Technique des manœuvres rythmées et dynamisantes
- Pratique du protocole complet :
  - Face antérieure
  - Face postérieure
- Révisions + enchaînements
- Corrections, évaluation des stagiaires

**Après-midi : 14h-18h Pratique du massage + évaluations**

**Travail en binôme**

Pratique du 2<sup>e</sup> groupe :

- Technique des manœuvres relaxantes
- Technique des manœuvres « de flux et reflux » des vagues
- Technique des manœuvres enveloppantes
- Technique des manœuvres rythmées et dynamisantes
- Pratique du protocole complet
  - Face antérieure
  - Face postérieure
- Révisions + enchaînements
- Corrections, évaluation des stagiaires
- Remise de l'attestation de stage aux participants

---

**Nom et compétences de la formatrice :** Valérie Desmaisons : directrice du centre de formation, formatrice, esthéticienne, propriétaire d'un institut pendant 5 ans, experte en techniques de massage, spécialisée dans la communication digitale et dans le développement des stratégies commerciales exclusivement réservées aux instituts de beauté.

**Modalités avant l'inscription**

Entretien physique ou à distance permettant d'analyser les besoins du stagiaire et de nous assurer que ses attentes soient en adéquation avec l'offre de formation avant son inscription.

**Modalités d'évaluation initiale**

Une « Évaluation avant la formation » remise au stagiaire avant la formation nous permet d'adapter au mieux la formation et de constituer des groupes de niveaux pour garantir un stage de qualité.

**Dispositif d'évaluation des stagiaires**

- Pendant le stage : Évaluations visuelles lors des ateliers (réalisées par la formatrice)
- Évaluation à chaud en fin de stage :

- « Grille d'évaluation de l'atteinte des objectifs » (rempli par la formatrice)
- « Questionnaire d'évaluation de l'atteinte des objectifs » (rempli par le stagiaire)

### **Évaluation de la satisfaction des stagiaires**

Appréciation de l'organisme de formation par les stagiaires :

- évaluation à chaud « Enquête de satisfaction et d'appréciation de la formation » rempli par le stagiaire à la fin de la formation
- évaluation à froid « Enquête de satisfaction de l'action de formation pour le prescripteur » rempli par le stagiaire 60 à 90 jours après la formation

### **Supports pédagogiques utilisés**

Un support technique de cours avec des planches pédagogiques et des photos reprenant chaque geste est délivré aux stagiaires en début de stage ainsi qu'une fiche récapitulative.

### **Sanction de la formation**

Une attestation précisant notamment la nature, la validation des objectifs et la durée de la session sera remise par l'organisme de formation au stagiaire bénéficiaire à l'issue de la prestation.

### **Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action**

Les moyens permettant de suivre d'exécution de l'action de formation sont : les feuilles d'émargement signées par le stagiaire bénéficiaire et le formateur pour chaque demi-journée de formation.

### **Informations règlementaires**

- « Conditions générales de vente » envoyé à l'inscription, accompagné de la Convention de formation.
- « Règlement intérieur » envoyé 10 jours avant la formation, accompagné de la Convocation de stage.