

## Programme Formation « Massage Hawaïen (lomi-lomi) »

### Objectifs et compétences visées

- Maîtriser les manœuvres essentielles du massage
- Enrichir sa connaissance d'un outil de massage complémentaire dans une approche holistique
- Confronter, corriger, améliorer sa pratique du massage
- Pratiquer dans un contexte de feed-back permanent

### Pré-requis pour suivre la formation

Ouvert à tout public, des bases en massage californien (ou équivalent) sont toutefois attendues.

### Méthode et lieu de la formation

- Méthode : la formation se déroulera à 100% en présentiel
  - Lieu Paris : au CENATHO – 221 rue La Fayette – 75010 Paris
  - Lieu Lyon : au CENATHO – 109 rue Garibaldi 69006 LYON
  - Lieu Rennes : au CENATHO – 44 square de la Mettrie – 35000 Rennes

### Durée de l'action de formation

- La formation se déroulera sur : 2 jours (16 heures)

### Les intervenants

#### A Paris :

Vous serez accompagné.e par Corinne Bricout, formatrice au CENATHO et responsable pédagogique d'une école de massage depuis 25 ans. Corinne tient à cœur d'aller se former pour toutes les techniques de massages bien-être au sein des pays où ils prennent naissance. Elle remanie si nécessaire les protocoles afin qu'ils correspondent à notre clientèle et qu'ils répondent à toutes leurs attentes.

#### A Lyon :

Vous serez accompagné.e par Cécile Denis, naturopathe diplômée du CENATHO et spécialisée en techniques manuelles. Elle s'est formée en massage en France et en Thaïlande et est également fasciathérapeute. Cécile développe ses propres formations et intervient dans différentes écoles (CENATHO, Euronature, etc.). La vision holistique propre à la naturopathie et le « toucher juste » sont au cœur de sa pratique et elle adapte si nécessaire les protocoles afin qu'ils répondent aux attentes des consultants dans un objectif de santé globale.

#### A Rennes :

Vous serez accompagné.e par Corinne Bricout, formatrice au CENATHO et responsable pédagogique d'une école de massage depuis 25 ans. Corinne tient à cœur d'aller se former pour toutes les techniques

#### CENATHO

de massages bien-être au sein des pays où ils prennent naissance. Elle remanie si nécessaire les protocoles afin qu'ils correspondent à notre clientèle et qu'ils répondent à toutes leurs attentes

## Nature de l'action au sens de l'article L.6313-1 du code du travail

Les actions de formation.

## Moyens / méthodes pédagogiques

- Cours théoriques,
- Exercices, cas pratiques

## Programme

### Jour 1 :

#### Théorie

Les origines du massage : où, quand, comment et qui ?

Définition et base de la philosophie hawaïenne

Histoire et origines de la culture polynésienne

Concept d'équilibre : objectif, le bien-être.

4 types de mouvements originaux

5 Zones corporelles exploitées dans la technique

Durée, prix et mise en place de la technique

#### Pratique

Mise en pratique de la technique

Démonstration, ressenti, mise en application

### Jour 2 :

#### Pratique

Vérification de l'acquisition des manœuvres : hamo, ulna push flying, wiggly, rocking, kupele, kahi : techniques manuelles innovantes

Apprentissage des techniques manuelles sur le corps (bras, poitrine, ventre, fesses jambes et dos) puis sur la tête et le crâne

Démonstration et mise en application des manœuvres suivantes

Chaque participante effectue un modelage complet puis sert de modèle

## Moyens permettant d'apprécier les résultats de l'action

- Evaluation par travaux pratiques

## Nature de la sanction de l'action de formation

Attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation est remise au stagiaire à l'issue de la formation.

### CENATHO

221, rue La Fayette – 75010 PARIS - 01 42 82 09 78 – [info@cenatho.fr](mailto:info@cenatho.fr) – cenatho.fr

SAS au capital de 38 112,25€ - RCS Paris B 378 758 692 – APE : 8559A – TVA intracom : FR46378758692

N° Déclaration d'activité : 11751628075

## Accessibilité et handicap

Pour tout personne en situation de handicap souhaitant suivre la formation et dont le dossier aura été accepté, le référent handicap a en charge l'adaptation des modalités de formation et d'évaluation adaptées.

### **CENATHO**

221, rue La Fayette – 75010 PARIS - 01 42 82 09 78 – [info@cenatho.fr](mailto:info@cenatho.fr) – [cenatho.fr](http://cenatho.fr)  
SAS au capital de 38 112,25€ - RCS Paris B 378 758 692 – APE : 8559A – TVA intracom : FR46378758692  
N° Déclaration d'activité : 11751628075