**INITIATION AU MASSAGE\* DE BIEN-ÊTRE**

*Session – Massage des Zones Réflexes : tête, visage, mains et pieds*

**Date et Lieu :**

**Dimanche 5 Juin 2022 de 9h00 à 18h00**

A l’Espace de la Myrte : 150 Rue Victor Hugo (entrée par la Rue J.B. Dumas), 59 160 Lomme

**Renseignements et inscription :**

Instant Pré’Zen - Alice Romanowska

06 43 28 94 83

[a.romanowska@instantprezen.com](mailto:instantprezen@gmail.com)

[www.instantprezen.com](http://www.instantprezen.com/)

Le dossier d’inscription est à renvoyer à l’adresse suivante : Espace de la Myrte, 150 Rue Victor Hugo

59 160 Lomme ou par mail : [a.romanowska@instantprezen.com](mailto:instantprezen@gmail.com)

Le chèque est à établir à l’ordre d’ALICE ROMANOWSKA

**Coût de la formation** :

**120 €** pour la journée complète (8 heures de formation) : acompte de 35 euros demandé à l’inscription, non remboursable si absence justifiée à moins de 48 heures avant le début du stage ;

Moyens de paiement acceptés : Cb, chèques, virement, espèces

**Formation :**

Formation d’initiation au massage des Zones Réflexes (tête, visage, mains et pieds) de 60 minutes ;

Entre 4 et 12 participants maximum ;

Les Formations sont mixtes

Protocole écrit remis à chaque participant ;

Attestation de formation non professionnelle remise en fin de stage ;

Possibilité de déjeuner sur place (auberge espagnole), boissons chaudes et froides offertes.

\*Massage de bien-être n’ayant pas de vocation thérapeutique

**Déroulement de la journée :**

9h00 : Début de la formation : présentation des participants

9h15 : Pratique courte d’automassage chinois

9h30 : Positionnement pour une pratique sécurisée + Présentation des contre-indications

9h45 : Les Pieds : démonstration

10h05 : Pratique des pieds (aller)

10h35 : Pause

10h50 : Pratique des pieds (retour)

11h20 : Mains – démonstration

11H40 : Pratique Mains (aller)

12h10  : Pratique Mains (retour)

12h40 : Pause déjeuner (auberge espagnole) (boissons fraiches et chaudes offertes sur place)

13h40 : Démonstration Tête et Visage (face ventrale)

14h10 : Pratique Tête et Visage (aller)

14h40 : Pratique Tête et Visage (retour)

15h10 : Pause

15h25 : Pratique du massage complet (aller)

16h25 : Mini Pause

16h30 : Pratique du massage complet (retour)

17h30 : Questions et remise de certificats de fin de formations

**Matériel à apporter** : deux serviettes ou paréos + tenue souple qui ne craint pas l’huile + chaussettes ou chaussons pour protéger le sol + un maillot de bain pour la pudeur si vous le souhaitez…

**Hygiène** : ongles courts, mes dames… prévoyez de quoi attacher vos cheveux, hygiène corporelle exigée, évitez les bijoux (ongles, bracelets, chaînes de cou…)

**FORMULAIRE D’INSCRIPTION POUR LA FORMATION D’INITIATION AU MASSAGE DES ZONES REFLEXES**

 **Dimanche 5 juin 2022**

Je soussigné(e)

NOM : ……………………………………………………………………………… PRENOM : …………………………………………………………..……………

Date de Naissance : ………………………………………………………… Sexe : ……………………………………………………………………………….

Adresse : ………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

Code Postal : ………………………………………………………………….. Ville : ………………………………………………………………………………..

Tel. Domicile : ………………………………………………………………… Portable : ………………………………………………………………………….

Adresse Mail : …………………………………………………………………..……………….@.........................................................................

Avez –vous déjà pratiqué le massage ? □ OUI □ NON

Si oui le(s)quel(s) ? ……………………………………………………………………………………………….………………………………………………………

Avez-vous déjà reçu un massage ? □ OUI □ NON

Si oui le(s)quel(s) ? ………………………………………………………………………………………….……………………………………………………………

Qu’attendez-vous de cette formation ? ……………………………………………………………………..………………………………………………..

**CONDITIONS GENERALES DE PARTIIPATION**

-Votre inscription ne sera effective qu’à réception de votre dossier d’inscription complet (formulaire d’inscription, conditions générales de participation, règlement ou acompte) ;

- Tout absence ou désistement non justifié au moins 48 heures avant le début du stage entraine l’encaissement de votre acompte et ne donne pas le droit au remboursement ;

-Le participant s’engage à signaler tout soucis de santé ou allergie (passé ou actuel) avant le début du stage. Le formateur se donne le droit de refuser un stagiaire si l’état de santé de celui-ci ne lui paraît pas satisfaisant ;

-Instant Pré’Zen décline toute responsabilité en cas de vol ou de détérioration de tout objet personnel durant la journée de formation ;

-Instant Pré’Zen se réserve le droit de reporter la formation si le nombre de participants est insuffisant (min. 4 participants).

□ J’ai lu et accepte les conditions générales de participation

DATE ET SIGNATURE

(Précédées de la mention « Lu et Approuvé » - Bon pour Accord)

Signature :