



Zen Attitude
Formations

MADEROTHERAPIE

L'ART DU MASSAGE PAR LE BOIS AU SERVICE DU BIEN-ÊTRE ET DE LA SILHOUETTE

La **maderothérapie** est une technique de massage d'origine colombienne, utilisant des **outils en bois spécialement conçus** pour **stimuler la circulation, sculpter le corps, tonifier la peau et libérer les tensions musculaires**.

Cette formation vous permet d'acquérir les **gestes techniques précis** et de comprendre les **bienfaits physiologiques et esthétiques** de cette méthode naturelle et efficace.

Une technique **innovante et naturelle** qui séduit par son efficacité et sa dimension sensorielle, pour un véritable rituel à la fois **esthétique et bien-être**.



☞ Moyens pédagogiques et Méthode :

- PowerPoint
- Livret pédagogique
- Exercices pratique et mises en situation

☞ Mise à disposition du matériel.

- La liste des outils en bois utiles à la pratique enseignée et qui devront être apportés pour la formation vous sera transmise lors de l'inscription. Vous êtes libre de procéder à l'acquisition de ce matériel par le fournisseur de votre choix.
- Vous devrez également vous munir d'un **gilet de cohérence** cardiaque, **obligatoire pour le suivi pédagogique** de la formation. **Celui-ci est à acheter séparément via le lien suivant:** <https://www.agslab.com/ZenAttitude/zenspire>

☞ [Voir le CV de la formatrice](#)



☞ **Durée :** 2 jours/14 heures

☞ **Objectifs :**

- Apprendre l'utilisation des **instruments en bois adaptés à chaque zone du corps**
- Maîtriser un protocole complet de **massage relaxant, drainant et tonifiant**
- Agir sur la **circulation lymphatique, la cellulite et les tensions musculaires**
- Offrir un rituel à la fois **sensoriel, profond et visuellement efficace**
- Connaître les **bases de l'anatomie humaine**

☞ **Pour qui ?**

- Praticiens du bien-être, esthéticien-ne-s, spas
- Professionnels de santé

☞ **Prérequis**

- Être praticien bien-être confirmé(e) ou Professionnel de santé

☞ **Au programme :**

- **Découverte** et **utilisation** des **différents instruments en bois**
- Apprentissage des **techniques de remodelage et des gestes drainants** associés
- Construction d'un **protocole complet corps**
- **Conseils** d'utilisation, **précautions** et bonnes pratiques

☞ **Modalités d'évaluation :**

- Entretien et auto-évaluation en amont de la formation
- Exercices pratiques et mises en situation pendant la formation
- QCM et évaluation pratique en fin de formation

☞ **Remise d'un certificat de réalisation en fin de formation**

☞ **Tarif de la formation :** Professionnels – Possibilité de prise en charge partielle (pas de CPF) : **700€*** ; Entreprises : **1000€ pour un groupe de 2 à 6 personnes**

☞ **Horaires des jours de formations :** 9h-12h15 / 13h-16h45

☞ **Lieu des formations :** [4, rue Saint André 30210 REMOULINS](#) ou en entreprise

☞ **Dates de formation et modalités d'accès :** Voir calendrier et CGV

☞ **Handicap :** Les formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Il faudra cependant préciser la nature de celui-ci lors de votre inscription afin de nous permettre d'adapter la formation à votre situation.

Pourquoi suivre cette formation ?

La madérothérapie est une technique de massage utilisant des instruments en bois spécialement conçus pour stimuler les tissus, favoriser la circulation, tonifier la peau et procurer une profonde sensation de bien-être.

Originnaire de Colombie, cette méthode associe des gestes précis, des manœuvres rythmées et l'utilisation d'outils ergonomiques qui permettent de travailler différentes zones du corps avec efficacité tout en offrant une expérience sensorielle unique.

Très appréciée pour ses effets sur la tonicité des tissus, la sensation de légèreté et le remodelage de la silhouette, la madérothérapie constitue aujourd'hui une prestation particulièrement recherchée dans les cabinets de massage bien-être, les instituts et les spas.

À l'issue de cette formation, vous maîtriserez un protocole complet que vous pourrez intégrer immédiatement à votre activité afin d'enrichir votre carte de prestations avec une technique innovante, naturelle et très appréciée de votre clientèle.

Pourquoi apprendre avec Zen Attitude ?

Chez Zen Attitude, chaque formation est conçue pour vous transmettre bien plus qu'un protocole.

Vous apprenez à comprendre les gestes, à développer la qualité de votre toucher et à adapter votre pratique aux besoins de chaque personne.

Grâce à une pédagogie basée sur la démonstration, la pratique intensive et un accompagnement personnalisé, vous progressez pas à pas jusqu'à maîtriser la technique avec confiance.

Parce qu'un bon praticien ne se contente pas de reproduire des gestes : il comprend ce qu'il fait, pourquoi il le fait et comment l'adapter.

De plus, je suis convaincue que la qualité d'un massage dépend autant de la technique que de la présence du praticien.

C'est pourquoi mes protocoles intègrent des exercices de cohérence cardiaque, permettant de se recentrer, d'apaiser le mental (aussi bien du praticien que de la personne massée) et de développer une qualité de présence avant le massage.

Cette préparation favorise un toucher plus conscient, plus fluide et plus harmonieux, pour le bénéfice du praticien comme de la personne massée.

Zen Attitude est l'un des rares organismes de formation à proposer l'intégration de cohérence cardiaque à vos prestations. Cela donne une valeur ajoutée à vos massages et fait la différence entre une simple prestation massage et un véritable accompagnement du bien-être de vos clients(es).

En résumé, chez Zen Attitude, vous n'apprenez pas seulement une technique de massage : vous développez un savoir-faire, une qualité de toucher et une compréhension du corps qui feront durablement la différence dans votre pratique professionnelle.

Les points forts de la formation

➤ Des outils en bois au service de la précision du geste

Chaque instrument possède une forme et une fonction spécifiques permettant de travailler différentes zones du corps avec précision.

Vous apprendrez à choisir l'outil le plus adapté, à maîtriser son utilisation et à moduler votre gestuelle afin d'offrir une prestation confortable, efficace et parfaitement adaptée aux besoins de votre clientèle.

➤ Une synergie entre madérothérapie et drainage

Cette formation ne se limite pas à l'utilisation des outils en bois. Elle intègre également des manœuvres de drainage manuel permettant de préparer les tissus, d'accompagner le travail réalisé avec les instruments et d'optimiser la sensation de légèreté et de confort.

Cette complémentarité fait toute la richesse de la méthode enseignée.

➤ Une prestation appréciée pour ses résultats visibles

La madérothérapie est aujourd'hui particulièrement recherchée par une clientèle souhaitant prendre soin de sa silhouette grâce à une méthode naturelle.

En associant stimulation mécanique, drainage et massage, cette prestation procure une agréable sensation de légèreté tout en contribuant à améliorer l'aspect de la peau et à tonifier les tissus.

➤ Une expérience sensorielle différente

Le contact du bois sur la peau procure des sensations inédites qui rendent chaque séance unique. Les alternances de rythmes, de pressions et d'instruments créent une expérience de massage originale, à la fois dynamique, enveloppante et profondément relaxante.

➤ Une technique qui valorise votre expertise

La maîtrise des différents instruments demande précision, coordination et qualité de toucher. En développant ce savoir-faire spécifique, vous enrichissez votre pratique avec une méthode originale qui renforce votre image de professionnel et vous permet de proposer une prestation différenciante.

➤ Un investissement rapidement rentabilisé

Grâce à un protocole structuré, un matériel simple à utiliser et une demande croissante pour ce type de massage, la madérothérapie constitue une prestation que vous pourrez intégrer rapidement à votre activité. Elle vous permettra de diversifier votre offre tout en répondant aux attentes d'une clientèle en quête de méthodes naturelles et innovantes.

Ce que cette formation va vous permettre

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- ✓ Utiliser les différents instruments de madérothérapie en fonction des zones du corps à travailler.
- ✓ Réaliser un protocole complet de madérothérapie en toute sécurité.
- ✓ Adapter vos gestes afin de favoriser la stimulation des tissus, la circulation et la tonicité cutanée.
- ✓ Offrir une prestation alliant efficacité, confort et profonde détente.
- ✓ Développer un toucher précis grâce à une parfaite maîtrise des outils.
- ✓ Intégrer une technique innovante et recherchée afin de diversifier votre activité et valoriser votre expertise.

Retours d'expérience

Les clientes ayant suivi la formation en 2026 témoignent de sa qualité :

Ce qu'en ont pensé les clientes :



Caroline 5/5 sur Google

J'ai suivi la formation Maderotherapie, beaucoup d'explications et très intéressante. Geneviève explique bien, est souriante, dynamique. Je vous recommande fortement ! Hâte de ma prochaine formation ! 😊
À bientôt 🤝 🌿



Delphine 5/5 sur Google

Parce qu'une formation de qualité commence par une rencontre, avant toute inscription je prends le temps d'échanger personnellement avec chaque futur participant lors d'un entretien en visioconférence.

Ce temps d'échange nous permettra de faire connaissance, d'évoquer votre projet professionnel, de répondre à toutes vos questions et de vérifier ensemble que cette formation est pleinement adaptée à vos attentes.

Vous pourrez ensuite vous engager en toute confiance, avec une vision claire de votre futur parcours.

[Je réserve mon entretien](#)