



BLOCS DE COMPÉTENCES 2026

BLOC 1 (60h)

Préparer et concevoir une prestation de massage bien-être

Compétences :

C1. Accueillir et analyser la demande client

- conduire un entretien d'accueil structuré
- identifier les attentes et besoins
- recueillir les informations utiles
- identifier les contre-indications
- orienter vers la technique adaptée

C2. Préparer l'environnement de massage

- installer l'espace selon les règles d'hygiène
- préparer le matériel adapté
- organiser l'espace selon la technique
- vérifier sécurité et confort

C3. Installer le client dans les meilleures conditions

- adapter l'installation à la morphologie
- respecter pudeur et confort
- ajuster coussins, drapage et appuis

C4. Mobiliser les connaissances fondamentales

- identifier les repères anatomiques
- comprendre les bases physiologiques utiles
- identifier les zones de vigilance

C5. Adopter une posture professionnelle adaptée

- respecter le cadre légal
- appliquer la charte déontologique
- garantir confidentialité, respect et sécurité

◆ Techniques supports :

Amma chaise – Kobido – Abhyanga

BLOC 2 (60h)

Mettre en œuvre des protocoles structurés

C6. Réaliser un protocole de massage structuré

- respecter les étapes chronologiques
- enchaîner les techniques avec cohérence
- maintenir une continuité gestuelle

C7. Adapter la pression, le rythme et l'intensité

- ajuster selon la sensibilité du client
- adapter selon les zones travaillées
- réguler le rythme selon l'objectif

C8. Utiliser son corps de manière ergonomique

- utiliser le poids du corps efficacement
- préserver son énergie
- prévenir les tensions musculaires

C9. Synchroniser respiration et geste

- utiliser la respiration comme soutien
- maintenir un état de présence
- stabiliser l'énergie pendant la séance

C10. Maintenir la qualité relationnelle pendant la séance

- observer les réactions du client
- adapter la communication
- maintenir un cadre rassurant

◆ Techniques supports :

Shiatsu bien-être – Shiatsu côté

BLOC 3 (60h)

Adapter une prestation de massage en situation professionnelle

C11. Personnaliser la séance selon le besoin identifié

- adapter la technique choisie
- modifier intensité et rythme
- ajuster les zones de travail

C12. Identifier les réactions corporelles pendant la séance

- observer les tensions
- identifier les zones sensibles
- réadapter la pratique

C13. Gérer les imprévus en séance

- ajuster l'installation
- modifier la posture du client
- réagir face à l'inconfort

C14. Combiner plusieurs approches techniques

- intégrer différentes manœuvres
- construire une séance cohérente
- respecter l'objectif du soin

C15. Finaliser la séance et assurer le suivi

- clôturer correctement la prestation
- accompagner le retour au dialogue
- donner les recommandations adaptées

◆ Techniques supports :

Massage thaïlandais – Réflexologie plantaire thaïlandaise

BLOC 4 (60h)

Réaliser une prestation complète en autonomie

C16. Organiser une séance complète de manière autonome

- préparer avant l'arrivée du client
- structurer le déroulement global
- gérer le temps efficacement

C17. Réaliser une séance complète avec fluidité

- maintenir la cohérence du soin
- respecter le fil conducteur du protocole
- adapter le déroulement si nécessaire

C18. Maintenir un haut niveau de qualité technique

- garantir précision des gestes
- maintenir régularité et fluidité
- respecter les fondamentaux techniques

C19. Garantir sécurité, confort et qualité d'expérience

- surveiller le confort du client
- adapter l'environnement
- maintenir une qualité constante

C20. Évaluer sa pratique professionnelle

- autoévaluer sa séance
- identifier les axes d'amélioration
- ajuster sa pratique

◆ Techniques supports :

Massage balinais – Massage javanais

BLOC 5 (60h)

Mobiliser différentes techniques dans une pratique professionnelle

C21. Construire une séance personnalisée multi-techniques

- choisir les techniques adaptées
- structurer un enchaînement cohérent
- adapter la durée

C22. Combiner plusieurs techniques dans une même séance

- passer d'une technique à l'autre avec fluidité
- maintenir la cohérence énergétique
- adapter selon le retour client

C23. Développer son identité professionnelle

- construire sa signature de praticien
- affiner sa qualité de toucher
- développer son style professionnel

C24. Fidéliser sa clientèle

- adapter l'accompagnement
- créer une expérience qualitative
- favoriser la continuité des séances

C25. Inscrire sa pratique dans une démarche évolutive

- identifier ses axes de progression
- intégrer la formation continue
- faire évoluer son offre

◆ Techniques supports :
Lomi Lomi – Chi Nei Tsang

EXAMEN FINAL (8h)

- mises en situation pratiques
- évaluation des compétences en conditions réelles
- QCM anatomie et physiologie
- validation des blocs
- jury composé de 2 professionnels externes