



PROGRAMME PRATICIEN EN MASSAGE TRADITIONNEL (MT) 308H 2026

Durée de la formation : 308 heures

Horaires : 9H-13H et 14H-18H (8 heures par jour)

Prérequis : Maîtrise de la langue française

Référent pédagogique et administratif : AURELIE BESSET

Objectif pédagogique : Acquérir les compétences nécessaires au praticien en massage traditionnel (MT)

Compétences visées : Se référer aux blocs de compétences

Taux d'obtention : 100%

Public visé : Particuliers, professionnels, accessible aux personnes handicapées (prenez contact avec le responsable pédagogique AURELIE BESSET pour adapter la formation à votre situation).

Modalités et délais d'accès : Inscription à la formation par mail, courrier ou téléphone automatique si les conditions de prérequis et le public visé sont remplies ou délai maximum d'une semaine de traitement du dossier.

Tarifs : 3 800€ TTC / 308H

A prévoir :

- nécessaire pour une prise de note
- tenue souple pour les exercices d'échauffement, de respiration et de pratique du protocole de MT
- une table de massage ou futon pour s'entraîner chez soi
- un ordinateur avec une bonne connexion internet et une webcam/oreillette si distanciel.

Déroulement :

A l'entrée en formation un tour de table est effectué pour que chacun(e) se présente, les horaires seront rappelés, le règlement intérieur remis et signé, la présentation du lieu et des commodités, le déroulement de la formation sera expliqué (différents blocs) Un livret pédagogique avec photos sera fourni à chaque stagiaire pour chaque technique abordée. Une pause sera effectuée en milieu de matinée avec boisson, puis au moment du déjeuner, un repas collectif sera proposé près du lieu de formation, retour dans les locaux de formation et pause boisson en milieu d'après-midi, bilan de la journée.

Moyens pédagogiques techniques et d'encadrement :

- en présentiel avec cours théoriques avec support papier, démonstration des techniques par la formatrice sur un élève qui sert de modèle avec utilisation d'un paperboard pour une visualisation des différentes étapes et remise d'un livret de formation avec photos pour la prise de note pour chaque technique abordée. Les élèves travaillent ensuite 2 par 2, sous la supervision attentive de la formatrice. Tour à tour chacun peut ainsi pratiquer les gestes en étant corrigé et aussi recevoir le soin, de sorte à bien comprendre le ressenti du point de vue du donneur et du receveur.
- à distance en e-learning par vidéos avec évaluation par vidéo en direct (prochainement) la formation a lieu sur ZOOM ou Google Meet (il est nécessaire d'avoir une bonne connexion internet et une webcam/oreillette bluetooth/écran), un espace élèves dédié avec des vidéos thématiques et fichiers d'exercices
- mixte (prochainement)

Sanction de fin de formation : Un certificat de suivi de formation est délivré au stagiaire selon les résultats de la grille d'évaluation lors de l'évaluation en présentiel ou à distance par vidéo en direct.

2026 – BESSET AURELIE - CENTRE HIBIKI - 12 avenue Jean Jaurès, 33530 BASSENS – centrehibiki@hotmail.fr

Organisme de formation enregistré sous le numéro 75331158733 auprès de la région Nouvelle-Aquitaine.

Cet enregistrement ne vaut pas agrément d'État. Organisme certifié QUALIOP1 B01714

TVA non applicable, article 293B du CGI - Statut Auto-entrepreneur - Siret : 51133868300010 - APE 9602B

Absence : En cas d'absence de plus de 10% de la formation soit 30 heures, la certification ne peut être obtenue.

Contenu de la formation : Le contenu est précisé dans les blocs de compétences.

Possibilités de valider un/ou des blocs de compétences : Les blocs de compétences peuvent être suivis indépendamment dans le cadre d'un parcours de formation modulaire, ou dans leur globalité pour l'obtention de la certification complète.

Équivalence et passerelles : Pas de possibilité

Secteurs d'activités et débouchés : Créer sa propre entreprise en praticien de MT, employé en spa, salon de massage, centre esthétique, salon de coiffure, salle de sport, hôtellerie, tourisme, croisière...

- ✓ Praticien en massage bien-être
- ✓ Activité indépendante
- ✓ Interventions en entreprise
- ✓ Centres de bien-être, spas

BLOC 1 (60h) – Préparer et concevoir une prestation de massage bien-être

Apprenez à accueillir votre client, analyser ses besoins et concevoir une séance adaptée dans un cadre professionnel sécurisé.

- ◆ Techniques abordées (supports pédagogiques) :
Amma chaise, Kobido, Abhyanga

BLOC 2 (60h) – Mettre en œuvre des protocoles de massage bien-être structurés

Développez votre qualité de toucher et maîtrisez des enchaînements fluides et cohérents.

- ◆ Techniques abordées (supports pédagogiques) :
Shiatsu bien-être, Shiatsu côté

BLOC 3 (60h) – Adapter une prestation de massage bien-être en situation professionnelle

Affinez votre sens du ressenti pour proposer des séances personnalisées et adaptées à chaque client.

- ◆ Techniques abordées (supports pédagogiques) :
Massage thaïlandais, réflexologie plantaire thaïlandaise

BLOC 4 (60h) – Réaliser une prestation complète de massage bien-être en autonomie

Apprenez à conduire une séance complète avec fluidité, cohérence et autonomie professionnelle.

- ◆ Techniques abordées (supports pédagogiques) :
Massage balinais, massage javanais

BLOC 5 (60h) – Mobiliser différentes techniques dans une pratique professionnelle

Apprenez à combiner les techniques pour proposer des prestations personnalisées et adaptées à chaque client.

- ◆ Techniques abordées (supports pédagogiques) :
Lomi Lomi, Chi Nei Tsang

Examen final (8h)

- ✓ Mises en situation pratiques
- ✓ Évaluation des compétences en conditions réelles
- ✓ Jury composé de 2 professionnels du bien-être
- ✓ Validation des blocs de compétences
- ✓ QCM Anatomie et physiologie