

# Programme de formation

## Tui Na Minceur

**Durée 3 jours 21 heures**

**Formation en présentiel**

**Organisme de formation :** **AB Conseils**  
4 – 6 avenue Joannes Hubert  
69160 Tassin la Demi-Lune  
RCS Lyon 822 56 197  
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 84692291069  
auprès du préfet de région Auvergne-Rhône-Alpes  
Tél : 06 50 28 48 93 / Courriel : [contact@ab-conseils.info](mailto:contact@ab-conseils.info)

### PRESENTATION

Apprentissage du protocole spécifique pour le Massage Tui Na Minceur, des gestes et des postures nécessaires à sa bonne pratique. Cette formation est essentiellement pratique mais aborde aussi les conseils liés à cette pratique.

### OBJECTIFS OPERATIONNELS / COMPETENCES VISEES

Être apte à donner une séance complète du massage enseigné, c'est-à-dire permettre à la personne qui reçoit la séance de se relaxer en profondeur, de se libérer de ses tensions et de retrouver son dynamisme.

- Utiliser le matériel nécessaire à la pratique du massage (table, linge, ventouse)
- Connaître l'enchaînement et la construction d'un massage Tui Na Minceur
- Maîtriser des postures de travail
- Respecter la durée de la séance
- Savoir présenter au client la technique du Tui Na Minceur

### METHODE PEDAGOGIQUE

Mon enseignement combine théorie et pratique. J'enseigne la technique par petites séquences, en la démontrant tour à tour sur deux participants volontaires. Ensuite, les participants pratiquent en binôme, chacun reproduisant les gestes montrés sur son partenaire.

Ils expérimentent ainsi le ressenti du point de vue du donneur comme du receveur. J'interviens pour corriger leur pratique en temps réel et répondre aux questions de chacun.

Je veille également à ce que les participants changent souvent de partenaires, afin qu'ils puissent tester les techniques apprises sur des corps de différentes morphologies. Cela permet de se préparer au mieux à travailler avec des corpulences variées.

## **MOYENS PEDAGOGIQUES**

- Un support de cours reprenant en photos les gestes de l'enchaînement sera remis à chacun des participants.
- Des tables de massage sont à disposition des stagiaires.

### **Moyens pédagogiques mis à disposition des stagiaires :**

- Séances de formation en salle
- Études de cas concrets
- Alternance des rôles de praticien et de bénéficiaire
- Dossiers techniques remis aux stagiaires

### **Suivi de l'exécution et évaluation des résultats**

- Une feuille d'émargement renseignée est à signer par le stagiaire et le formateur par demi-journée de formation.
- Le stagiaire recevra une attestation de suivi de formation en massage Tui Na Minceur. Après 20 heures d'exercices pratiques et la réussite d'un examen final, une certification vous sera délivrée, valorisant vos compétences. À noter que l'attestation et la certification ne constituent pas un diplôme d'État.

## **DETAIL DE LA FORMATION**

### Présentation de la technique enseignée :

- Ses origines, ses bienfaits et sa commercialisation, les contre-indications, les précautions à prendre avant chaque séance, l'accueil et le respect du client, la gestion de sa propre énergie, gestion du matériel
- Apprendre à bien se positionner pour donner le massage :
- Pour donner les meilleures sensations au receveur et pouvoir pratiquer plusieurs séances de massage en se fatiguant le moins possible, il faut apprendre comment bien utiliser le poids de son propre corps.
- Apprendre la technique du massage : Les gestes spécifiques à la technique du massage de relaxation sont enseignés.
- Protocole pour une séance d'1 heure.

JOUR 1 :

- Présentation de la technique enseignée : ses origines, ses bienfaits et sa commercialisation, les contre-indications, les précautions à prendre avant chaque séance, l'accueil et le respect de la personne massée, la gestion de sa propre énergie.
- Présentation du matériel utilisé et du poste de travail, des postures ainsi que le vocabulaire courant utilisé en milieu professionnel.
- Présentation de la formation, du massage, du matériel (ventouses, bâtonnet d'allumage, alcool à 90°)
- Prise de contact, points de drainage
- Travail du ventre
- Lecture du protocole

JOUR 2 :

- Accueil des participants et questions / réponses
- Physiologie de la cellulite
- Points digitaux
- Modelage du ventre, des jambes, des fessiers
- Révision des gestes appris la veille
- Lecture du protocole

JOUR 3 :

- Accueil des participants et questions / réponses
- Méridien vessie
- Ventouses
- Prise de congé du massé
- Lecture du protocole
- Échange du massage complet en 1h entre les participants sous ma supervision

## **ENCADREMENT**

Martine Albanese, Fondatrice et formatrice, formée aux massages de Techniques corporelles et bien-être et à l'École des plantes médicinales à Lyon.

## **PUBLIC CONCERNE PAR LA FORMATION ET PREREQUIS**

- Cette formation est ouverte à tous, sans limite d'âge.
- Aucune connaissance préalable n'est requise.
- Toute personne adulte peut suivre cette formation, sauf les femmes enceintes et les personnes présentant des contre-indications à la pratique du massage bien-être.

## **ACCESSIBILITE**

La procédure pour l'inscription est la suivante :

- Inscription par l'envoi du bulletin d'inscription par courrier.
- Je tiens à informer les personnes intéressées par mes formations que, pour des raisons d'organisation, je ne suis pas en mesure d'accueillir des personnes en situation de handicap. Je vous remercie de votre compréhension et reste disponible pour toute question ou pour discuter de mes offres de formation.  
Le nombre de stagiaires par session : minimum 1 et maximum 10.
- Le délai d'accès : Le stagiaire pourra s'inscrire aux sessions disponibles par courrier sous réserve de leur disponibilité. Toutefois, sa demande d'inscription ne sera définitivement confirmée qu'à l'issue du délai de rétractation.
- Les cours ont lieu de 09 heures à 17 heures (pause déjeuner d'1 heure). Un travail personnel de révision est recommandé.

## **ATTESTATION DE FIN DE FORMATION**

En fin de formation, chaque stagiaire reçoit par courriel une attestation de présence. Le stagiaire aura toutefois la possibilité de perfectionner sa pratique et de passer la certification lorsqu'il se sentira prêt (les certifications sont organisées une fois par an).

Si j'estime que la pratique du stagiaire est satisfaisante, celui-ci recevra un certificat de formation du protocole (ce certificat n'a pas valeur de diplôme d'État). Le coût de la certification AB Conseils est de 100 € par protocole.

## **LIEUX DE FORMATION**

Cette formation est dispensée en salle 8 Montée Bon Accueil à 38200 Vienne

## **DUREE DE LA FORMATION**

La formation Tui Na Minceur se déroule sur 21 heures. Un travail personnel de révision est recommandé.

## **COÛT DE LA FORMATION ET MODALITES DE REGLEMENTS**

Le prix public de la formation est de 800 € TTC (société assujettie à la TVA).

A l'expiration du délai de rétractation, un premier versement représentant 30 % du coût total de la formation est à régler.

Le solde peut donner lieu à un échelonnement des paiements avec pour obligation que la totalité soit réglée avant le dernier jour de celle-ci.

## **DELAIS DE RETRACTATION**

Selon l'article L.6353-5 du code du travail, dans un délai de 14 jours à compter de la date de la signature du présent contrat, le stagiaire peut se rétracter par lettre recommandée avec avis de réception.

## **DATES DE LA FORMATION**

Voir le dossier d'inscription. Les dates choisies sont à reporter sur le devis et/ou la convention.

## **CONTACT CHEZ AB CONSEILS AU 06 50 28 48 93**

Martine Albanese – Présidente & formatrice

## **ENGAGEMENT DU CENTRE DE FORMATION AB CONSEILS**

Donner la prestation définie dans ce programme. Être à l'écoute de chaque participant de façon à lui permettre de mettre à profit le mieux possible cette formation. S'abstenir de tout prosélytisme sectaire, philosophique, religieux et politique.

## Matériels à prévoir

- Une tenue différente de celle avec laquelle vous arrivez : des vêtements confortables et des chaussettes, 1 Tee-Shirt manches courtes par jour.
- Un sac pour y glisser vos chaussures
- 2 petites serviettes / 2 grands draps de bain / 2 draps housse 190\*90 (lit 1 personne)
- 2 ou 3 petites serviettes (type serviette « invité ») pour vos mains à utiliser lors de vos lavages de mains pendant la formation
- 1 Paquet de lingettes (pour bébé par exemple)
- Vous équiper d'un bloc-notes et d'un stylo
- Merci de veiller à avoir des ongles très courts et pas de bijoux