

Septembre 2023

Intitulé de l'action :

Relaxation Coréenne

Public visé / prérequis : Tout Public

Niveau de difficulté : 2 (niv1 : basique - niv2 : facile - niv3 : technique - niv4 : très technique)

Descriptif : La relaxation coréenne est une source de détente par excellence. Elle est principalement composée de rotations et vibrations au niveau des jambes et des bras, qui permettent un relâchement musculaire. Celui-ci va provoquer chez la personne un lâcher-prise total.

Cette relaxation se pratique habillé, sur table. Des pieds à la tête, tout le corps est libéré grâce à des séries de différents mouvements.

Durée du soin : 45mn à 1h

Effectif :	Minimum : 4	Maximum : 8
Durée de la formation : 1 jour 7 heures	Jour 1 de 9h à 12h et de 13h à 17h	
Contenu de la formation :	<ul style="list-style-type: none"> > Approche anatomique > le principe de la relaxation coréenne > Démonstration de la relaxation par étape 	<ul style="list-style-type: none"> > Pratique en binôme > Pratique de la relaxation dans son intégralité > Contrôle des acquis de formation
Objectifs de la formation :	Savoir réaliser le protocole de la RELAXATION COREENNE ; maîtriser les règles d'hygiène et de sécurité tant pour le client que pour le praticien ; Savoir reconnaître et ressentir les tensions du client et l'aider à connaître un lâcher-prise ; Savoir appréhender objectivement le risque lié aux blessures de la personne et pouvoir assurer une prise en charge optimale de la personne en recherche de bien-être ; savoir écouter et conseiller le client.	
Moyens pédagogiques :	Mise à disposition d'un Institut de Beauté Ecole. Des supports informatisés de formation à la disposition des stagiaires : protocole de relaxation. Présentiel - Face à face pédagogique - Travaux pratiques	
Validation :	Test d'évaluation des compétences acquises. Attestation de formation.	
Accessibilité :	Organisme aux normes d'accessibilité, selon avis de la commission communale d'accessibilité	
Formatrice	Sophie RAMIREZ, Masseuse spécialisée en Reflexologie plantaire, Massage Ayurvédique, Massage Suédois, Lomi Lomi Hawaïen, et relaxation coréenne Formations : Hopital universitaire pour perfectionnement à Nanjing (Chine) ; Diplôme en 2019 pour le massage Femme Enceinte (Ecole Azenday) Diplôme en 2021 pour le massage Lomi Lomi (Ecole Azenday) Diplôme en 2013 en Réflexologie Plantaire et Relaxation coréenne (ETMC)	

APPUIFORMATION SAS – R.C.S. Mulhouse 822 674 552 - APE 8559A

15 rue d'Avignon – 68200 MULHOUSE

Tél. 03 89 42 03 15 – appuiformation@vogelsa.fr

N° de déclaration d'activité : 44680266968 - Préfecture de la Région ACAL

SIRET : 822 674 552 00010 - N° TVA intracommunautaire : FR94822674552