

# MASSAGE AMMA ASSIS

Le Massage Amma Assis est un massage japonais se pratiquant sur chaise ergonomique. C'est une technique de relaxation, qui permet de rééquilibrer les énergies du corps en combinant plusieurs techniques corporelles : la réflexologie, le shiatsu, le massage suédois et la chiropratique.

## Objectifs

- Maîtriser les postures, les gestes et les procédés du Massage Japonais Assis AMMA ;
- Monter, régler et replier une chaise ergonomique afin d'optimiser le confort du client mais aussi du praticien.

## Public Concerné

Professionnel de santé, de soins ou de la relation d'aide ; Toute personne désireuse de se former au Massage Japonais Assis AMMA.

## Pré Requis

Cette formation ne nécessite pas de prérequis

## Méthodes et moyens pédagogiques

### Méthodes et moyens pédagogiques :

- Enchaînement pas à pas du protocole
- Entraînement tour à tour par binôme pour chaque séquence
- Révision et bilan après chaque séquence
- Révision du protocole complet avant l'évaluation de fin de formation

### Moyens techniques et matériels :

- Support de cours électronique / Synthèse de protocole plastifiée
- Paperboard et/ou Vidéoprojecteur
- Chaises ergonomiques

## Parcours pédagogique

### Jour 1:

- Accueil des stagiaires (café, thé)
- Présentation du formateur et des stagiaires
- Qu'est-ce que le massage Amma ?
- Origines du massage Amma
- Les bienfaits du massage Amma
- Durée et fréquence du massage Amma / Matériels utilisés / Emplacement
- Précautions nécessaires
- Tarifs pratiqués
- Montage, réglage et pliage de la chaise ergonomique
- Protocole détaillé séquence par séquence
- Enchaînement pas à pas du protocole
- Entraînement tour à tour par binôme

### Jour 2 :

- Les postures à adopter
- Révision du protocole complet
- Bilan et conseils après chaque séquence
- Auto-évaluation stagiaire
- Evaluation des compétences
- Evaluation de satisfaction de l'action de formation

## Qualification Intervenant(e)(s)

Praticienne certifiée en Massage Bien-être

## Type de formation

Présentiel

## Les + métier

---

Proposer des séances de Massage Japonais Assis AMMA en tout lieu visant à favoriser une détente corporelle et mentale.

### Méthodes et modalités d'évaluation

Questionnaire de positionnement pré-formation  
Evaluation des compétences en fin de formation : Mise en situation  
Questionnaire de satisfaction de l'action de formation

Sanction de fin de formation :

- Attestation de fin de formation
- Certificat de formation après validation des compétences

### Modalités d'Accessibilité

Accès PMR

#### Durée

**14.00** Heures  
**2** Jours

#### Effectif

Groupe de 10 stagiaires maximum

#### Tarifs

**Inter (Par Stagiaire) : 290.00 € Net de taxe**  
**Intra (Par Jour) : Nous consulter**