



Bien - être

## DRAINAGE & REMODELAGE

- Programme -

### INTERVENANT

#### Cécile CASSOU-HORS

- Diplômée CAP ESTHETIQUE spécialisation modelage du monde
- Spécialisation Massage : Lomi lomi, Réflexologie plantaire, Drainage lymphatique, minceur, Chi nei tsan, Balinais du visage, Dorn, Othéothérapie tissulaire réflexe, Sportif, Californien, Ayurvédique

### PUBLIC CONCERNÉ -

#### PRÉREQUIS

- Professionnels du bien-être et de l'encadrement sportif
- Toutes personnes souhaitant se former\* (\*nous consulter)

### DURÉE

2 jours de formation

14 heures

### LIEU

Prépa-Sports

### HORAIRES

9H - 12H / 13H - 17H



Etablissement accessible aux personnes en situation de handicap et en difficulté d'apprentissage

### OBJECTIFS

À l'issue de ce stage vous serez capable de :

- ✓ **Maitriser les concepts théoriques de la circulation lymphatique**
- ✓ **Maitriser le protocole de drainage et remodelage**
- ✓ **Connaitre les contre-indications et être capable d'adapter le soin en fonction du client**

### CONTENU

Evaluation qualitative de fin de stage | Formation délivrée en présentiel

- Accueil des participants
- Introduction et objectifs de la formation
- Les bienfaits de la méthode
- Indications et contre-indications
- Le matériel
- Le système lymphatique
- Mise en pratique
  - Drainage et remodelage Jambe droite et gauche
  - Drainage et remodelage du dos et de la taille
  - Drainage du ventre
  - Drainage des bras
  - Drainage du visage
- Evaluation

### MODALITÉS PÉDAGOGIQUES ET D'ÉVALUATION

- Pédagogie active et participative alliant court théorique et mise en situation pédagogique
- Support pédagogique remis au stagiaire
- Alternance entre pratique et théorie
- Validation par la réussite d'un QCM
- Délivrance d'une attestation de fin de formation

### MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DÉLAIS D'ACCÈS

Bulletin d'inscription et conditions générales de ventes téléchargeable sur le site internet à nous retourner au plus tard 5 jours avant le début de la session.

**PREPA SPORTS PRO**

285 rue du Docteur Aynaud  
13100 Aix en Provence

04 42 90 57 08

[www.prepa-sports.com](http://www.prepa-sports.com)