



Les Mouvements de Marine

Organisme de Formation Les mouvements de Marine représenté par Marine NOFFY

Numéro de Déclaration d'activité 11922665492 auprès du Préfet de la Région Ile-de-France

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état .

Numéro SIREN de l'organisme de formation : 980 656 128 00017

Adresse de l'organisme de formation : 73 rue Pierre Brossolette 92500 RUEIL-MALMAISON

Relaxation Coréenne		
Action de Formation		
Lieu : Voir Agenda de Formations		
<input type="checkbox"/> 900 € TTC	<input type="checkbox"/> En présentiel	<input type="checkbox"/> 2 jours/16 heures

Public concerné

- Praticiens en massage bien-être, esthéticienne, sage-femme, doula, kinésithérapeute, ostéopathe & psychothérapeute, professeur de danse, d'art martiaux, particulier OU personne en reconversion qui souhaite apprendre une compétence.
- A partir de 18 ans

Prérequis ou qualités requises

- Prérequis : aucun
- Qualités requises : Attention, adaptabilité, concentration, douceur , précision, respect, adaptabilité, créativité.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- **Maîtriser les Techniques et Comprendre la théorie de la Relaxation Coréenne**
- **Savoir appliquer et adapter les Techniques de la Relaxation Coréenne**

Equipe pédagogique

Marine Noffy est spécialisée dans une variété de techniques de massage tels que l'Ayurvédique, le Japonais, le Thaï, le Coréen, le Chinois, et le Californien, ainsi que dans les massages pré et postnatal. Elle a également suivi des formations complémentaires en énergétique pour enrichir son approche holistique. Entre 2006 et 2016, Marine a travaillé pendant 10 ans dans l'industrie cosmétique, où elle était responsable de la formation, du développement pédagogique, et de la création de protocoles de soin pour le corps et le visage chez Institut Esthederm. Depuis 2017, elle exerce également en tant que coach sportif spécialisée en périnatalité, formée à la méthode du Dr De Gasquet

Moyens pédagogiques et Techniques

- Accueil des stagiaires dans un lieu conforme aux normes réglementaires
- Livret de formation remis et utilisé lors de la formation
- Planche anatomique
- Accès à une plateforme (DIGIFORMA) pour avoir des ressources supplémentaires après la formation (notamment la vidéo du protocole complet afin d'assurer la qualité de pratique avec sur les modèles).

Suivi de l'exécution et évaluation des résultats

- Feuilles de présence.
- Quizz en ligne.
- Mise en pratique pour maîtriser le protocole (en Binôme ou sur modèle)
- Remise d'une attestation de fin de formation.
- Questionnaire d'évaluation de la formation à chaud et à froid.

Conditions d'inscription

- Suite à votre inscription en ligne, nous vérifions vos prérequis et attentes afin d'organiser au mieux votre formation. Chaque session est limitée à 8 participants, assurant ainsi une qualité d'enseignement optimale. Un contrat ou convention de formation professionnelle sera établi pour formaliser votre participation.

Personne en situation de handicap

- Notre organisme accueille activement les personnes en situation de handicap, en adaptant nos formations à leurs besoins. Nous nous engageons à faciliter leur apprentissage par des aménagements adaptés et un soutien personnalisé, assurant ainsi une expérience inclusive et équitable pour tous.

Délais d'accès à la formation

- Après votre inscription, l'accès à la formation sera déterminé en fonction de la date programmée dans l'agenda de formation. Les inscriptions seront closes 24 heures avant le début de la session de formation.

Contenu de formation



Objectif 1 : Maîtriser les techniques et comprendre la théorie de la Relaxation Coréenne

Jour 1

Matinée : Théorie et Fondements

- **9h00 - 9h30** : Accueil des participants.
- **9h30 - 10h00** : Introduction de la Relaxation Coréenne. Ses bienfaits et objectifs, présentation de la formatrice.
- **10h00 - 11h00** : Origine et histoire de la Relaxation Coréenne.
- **11h15 - 11h45** : Théorie sur le protocole de la Relaxation Coréenne. Contre-indications, matériel et techniques spécifiques. Anatomie
- **11h45 - 12h00** : Démonstration des mouvements de base

Après-Midi : Démonstration et Pratique

- **13h00 - 14h30** : Démonstration complète du protocole de Relaxation Coréenne
- **14h45 - 18h00** : Pratique en binômes ou sur un modèle sur la première partie du protocole.

Objectif 2 : Savoir appliquer et adapter les techniques de la Relaxation Coréenne

Jour 2

Matinée : Application et Révision

- **9h00 - 9h30** : Accueil et débriefing.
- **9h30 - 12h45** : Pratique en binômes sur la deuxième partie du protocole, avec révision et application des techniques apprises.

Après-Midi : Approfondissement et Évaluation

- **13h45 - 14h45** : Pratique sur la troisième partie du protocole.
- **15h45 - 17h30** : Dernière session de pratique et révision globale du protocole complet.
- **17h30 - 18h00** : Session finale de questions-réponses, quizz de connaissance, et remise des attestations.

Objectifs à l'issue de la Formation

À l'issue de la formation en Relaxation Coréenne, les apprenants auront :

- Comprendre l'histoire et philosophie autour de la Relaxation Coréenne** : comprendre les objectifs d'une telle approche et les bienfaits pour la personne.
- Maîtriser le protocole et techniques de la Relaxation Coréenne** : capacité à exécuter les techniques et le protocole du massage de manière adaptée et sécuritaire.
- Développer des compétences d'adaptation** : aptitude à personnaliser le massage en fonction des besoins et des contraintes de la personne pour un confort optimal.

programme mis à jour le 01/03/2024



Contactez l'organisme

HELLO@LESMOUVEMENTSDEMARINE.FR

06 20 05 38 31