

FORMATION MAÎTRISE

Excellence & Signature Professionnelle

Durée : 21 heures – 3 jours

Horaires : 9h00–12h30 / 13h30–17h30

Format : Présentiel – Groupe restreint 2 places

Lieu :

9 Quai des Maisons Blanches

37540 Saint-Cyr-sur-Loire

Objectif général

Atteindre un niveau avancé de maîtrise technique et professionnelle permettant de réaliser un protocole complet fluide, personnalisé et structuré, avec une posture affirmée et une qualité de toucher constante.

Pré-requis

Formation ouverte exclusivement aux professionnels du bien-être ayant déjà suivi au minimum une formation perfectionnement.

Le stagiaire doit :

- Maîtriser un protocole complet de massage bien-être
- Être autonome dans la réalisation d'une séance
- Connaître les règles d'hygiène et les contre-indications

Délai d'accès

Les inscriptions sont possibles jusqu'à 3 semaines maximum avant le début de la formation, afin de respecter le délai légal de rétractation et permettre une organisation pédagogique optimale, dans la limite des places disponibles.

JOUR 1

Matin – Analyse & ajustement technique

- Présentation du groupe et formateur
- Signature charte d'excellence

- Feuille émargement
- Echauffement
- Évaluation des acquis initiaux
- Ajustement posture et ergonomie avancée
- Travail de précision sur les gestes
- Création du protocole en fonction des attentes
- Correction individualisée approfondie

Après-midi – Fluidité & cohérence

- Feuille émargement
- Echauffement
- Enchaînements perfectionnés
- Harmonisation globale du protocole
- Travail sur la respiration et l'intention du geste
- Pratique intensive encadrée

JOUR 2

Matin – Personnalisation & adaptation

- Feuille émargement
- Echauffement
- feedback de la veille
- Adaptation selon morphologie et tensions
- Lecture corporelle
- Ajustement de la pression et du rythme
- Approche qualitative du toucher
- Respiration et fluidité dans les mouvement

Après-midi – Construction d'une séance signature

- Feuille émargement
- Echauffement
- Structuration avancée d'une séance complète
- Gestion du temps
- Cohérence technique et énergétique
- Mise en situation professionnelle
- feedback

JOUR 3

Matin – Maîtrise globale

- Révision approfondie du protocole création
- Correction fine des détails
- Travail sur la posture professionnelle et la présence

Après-midi – Évaluation finale

- Réalisation complète du protocole en autonomie
- Observation et évaluation selon critères :
 - Maîtrise technique
 - Fluidité
 - Adaptation
 - Posture professionnelle
 - Qualité du toucher
 - Respect du protocole dans la durée

Bilan individualisé & axes de perfectionnement

- Remise des Attestations de suivie de formation
- Feedback sur les 3 jours de formation

Méthodes pédagogiques

- 85 % pratique – 15 % apports théoriques
- Corrections individualisées approfondies
- Mise en situation professionnelle
- Travail en binôme et supervision directe

Modalités d'évaluation

- Observation continue sur les 3 jours
- Réalisation complète du protocole en fin de formation
- Entretien individuel de synthèse
- Validation de la maîtrise

Moyens d'encadrement

La formation est animée par Vanessa Motret, fondatrice de l'Institut Vanessa M,

praticienne en massage bien-être depuis 2018 et aide-soignante depuis 2014.

Formée à l'EIS – École Internationale du Spa de Paris et perfectionnée auprès du Comptoir Beauté de Bordeaux, elle maîtrise de nombreuses techniques internationales et est créatrice de protocoles signature.

Déclarée formatrice depuis décembre 2023 auprès de la DREETS Indre-et-Loire, référente handicap depuis 2025 en lien avec l'AGEFIPH et MDPH et titulaire du Titre Professionnel Formateur Professionnel d'Adultes (2026 – Eurinfac), elle inscrit ses formations dans un cadre pédagogique structuré et professionnel.

Les groupes restreints garantissent un accompagnement individualisé exigeant.

Moyens techniques & équipements

Équipements pédagogiques

- Ordinateur
- Vidéo-projecteur (selon besoins)
- Supports pédagogiques

Équipements professionnels

- Tables de massage
- Serviettes et linge
- Huiles professionnelles
- Solution hydro-alcoolique

Confort & logistique

- Réfrigérateur
- Micro-ondes

Accessibilité & Référente Handicap

L'Institut Vanessa M s'engage à favoriser l'accessibilité des formations.

Vanessa Motret est référente handicap depuis 2025 en lien avec l'AGEFIPH et MDPH.

Un entretien préalable individualisé permet d'évaluer les besoins spécifiques et d'adapter les modalités pédagogiques si nécessaire.

Les locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite. Contacter

Vanessa MOTRET au 06.17.87.87.92 ou contact@institutvanessam.fr

Cadre professionnel

La formation relève exclusivement du domaine du bien-être.
Elle ne constitue ni un enseignement médical ni paramédical.