



# *ADEL Formation Massage*



# *ADEL Formation Massage*

*vous propose une formation ouverte à toutes et tous.*

*Vous avez pour objectif professionnel de devenir*

*Praticien(ne) en Massage de Bien-Être.*

*Vous recherchez une formation complète,*

*exigeante, et de grande qualité,*

*cette formation vous est destinée.*



*Vous pourrez ainsi créer votre propre massage*

*à la fois doux, profond, tonique et musculaire.*

*A l'issue de votre formation complète,*

*vous aurez acquis toutes les aptitudes nécessaires*

*pour devenir Praticien en Massage Bien-Être.*

*Toutefois si vous êtes juste curieux d'apprendre pour vous-même*

*et de faire ainsi plaisir à vos proches, n'hésitez pas à nous contacter*



## Présentation:

*Le Massage ADEL Formation Massage est:  
un massage de relaxation du corps et de l'esprit.*

*Il invite à la relaxation du corps,  
en prévenant les tensions physiques de nature psychosomatique.*

*Il permet la relaxation de l'esprit en aidant le massé  
à prendre conscience de son corps dans son volume, sa globalité.*

*Le Massage ADEL Formation Massage invite à  
un véritable lâcher prise physique et intellectuel.*

*C'est un massage que l'on peut qualifier d'intuitif, créatif,  
car issu principalement de deux techniques reconnues:  
le Massage Californien et le Massage Suédois  
mais s'inspire également de la Réflexologie Plantaire et du Shiatsu.*

*Vous pourrez ainsi créer votre propre massage  
à la fois doux, profond, tonique et musculaire.*

*A la fin de la Formation Complète, vous serez à même de créer  
votre propre technique de massage,  
une technique unique qui vous appartiendra,  
avec beaucoup d'écoute, d'attention, de savoir.*

*Vous aurez en votre possession tous les outils pour  
vous aider à libérer votre créativité  
et votre sens de l'écoute corporel.*



# **ADEL Formation Massage**

# Formation Massage Bien-Être

## Module 1 Initiation:

*Indispensable pour connaître les gestes de base du Massage Californien mais aussi s'approcher des techniques du Massage Suédois.*

- \* philosophie du massage
- \* historique du massage
- \* les règles d'or
- \* positions du masseur
- \* savoir respirer pendant le massage
- \* prise de contact
- \* passage de l'huile

et

- \* apprendre un vrai massage relaxant complet
- \* survol anatomie et physiologie
- \* connaître les gestes de base (pétrissage, ratissage, lissage, étirement, enveloppement, unification...)
- \* savoir accueillir les sentiments et les émotions éventuelles

*Ce module est ouvert à tous aucun pré-requis*

*durée: 5 jours, 40h*



## Module 2 Perfectionnement:

*Un niveau qui est vraiment la suite du Module 1.*

*Les gestes deviennent plus compliqués, plus profonds (typés suédois / shiatsu), asymétriques, créatifs, intuitifs, base réflexologie plantaire.*

*Une semaine de perfectionnement pour:*

- \* parler des chakras, des méridiens
- \* apprendre quelques bases et gestes de réflexologie plantaire
- \* savoir adapter son massage suivant le corps (morpho), les besoins et les attentes de son client
- \* être à l'écoute
- \* pouvoir réaliser un massage plus profond
- \* développer les gestes asymétriques
- \* travailler avec les avant-bras, les coudes et les poings

*Le massage devient précis, votre savoir faire devient parfait.*

*pré-requis avoir fait le Module 1*

*durée: 5 jours, 40h*



## Module 3 Spécialisation:

*Un niveau de spécialisation pour compléter son savoir,  
pour rester à l'écoute et s'adapter réellement aux différents besoins.*

*Ce niveau peut prendre forme d'un atelier pratique d'échanges et de recherches, chacun apportant également ses idées, sa créativité, tout en étant bien entendu guidé par certains protocoles.*

*Vous apprendrez le(s):*

- \* Massage Minceur*
- \* Massage Suédois*
- \* Lifting Manuel du Visage*
- \* Gommage Corporel*



*Nous survolerons également le(s):*

- \* Massage Femme Enceinte*
- \* Massage Oriental*
- \* Massage à 4 mains*



*A la fin de ce Module 3, vous serez à même de créer votre propre technique de massage, une technique unique qui vous appartiendra, avec beaucoup d'écoute, d'attention, de savoir. Vous aurez en votre possession tous les outils pour vous aider à libérer votre créativité et votre sens de l'écoute corporel.*

*Vous serez très prochainement un(e) véritable professionnel(le).*

*Pour cela nous aborderons:*

- \* L'Installation en tant que Praticien en Massage Bien-Être*

*pré-requis avoir fait le Module 1 et le Module 2*

*durée: 5 jours, 40h*



## Certification:

*Une journée vraiment importante, pour finir la formation, affiner son savoir et vérifier ses acquis.*

*La certification est indispensable aux professionnels et à tous ceux qui souhaitent entrer dans le monde du bien-être. D'une part, elle rassure le client sur la légitimité de son praticien, d'autre part elle apporte aux employeurs et partenaires potentiels la preuve d'un cursus couronné de succès dans un organisme de formation reconnu.*

*Le Certificat Praticien Massage Bien-Être, obtenu au terme de votre formation, peut permettre d'exercer professionnellement en spa, institut, centre de thalassothérapie ou bien en tant que praticien indépendant (auto-entrepreneur, profession libérale) au sein de son propre cabinet, en "free-lance", à domicile...*

*Afin d'être évalué dans le cadre d'un massage, le stagiaire dispensera dans son intégralité un massage à un modèle ainsi qu'à l'enseignant.*

*L'enseignant appréciera, non seulement les compétences techniques de l'élève, la fluidité de ses déplacements, mais aussi sa relation au client.*

*Après avoir effectué à titre privé un minimum de 30 massages sur différentes personnes, il vous sera demandé de réaliser:*

*\* 2 massages de 75 à 90 mn*

*\* 1 Lifting Manuel du Visage*

*Lors de cette journée vous serez en situation réelle face à une clientèle.*

*Vous agirez comme un(e) professionnel(le) en prenant en charge l'accueil et en écoutant avec attention.*

*Vous devrez donc également accueillir et écouter la demande des personnes.*

*Un échange suite à ces massages permettra de valider votre certification.*

*pré-requis avoir fait les Modules 1, 2 et 3*

*durée: 6h*



## Formation Lifting Manuel du Visage:

Le Lifting Manuel du Visage s'appuie sur les principes énergétiques de la médecine traditionnelle chinoise, il est une technique naturelle et une alternative avantageuse aux traitements chimiques et à la chirurgie.

Il permet de prévenir et de dissiper les rides par une amélioration de la circulation énergétique dans les méridiens du visage. Il apporte détente musculaire, éclat du visage, réduction des rides, tonification cutanée.

En fonction du diagnostic, le praticien disperse ou tonifie par digitopression les points d'acupuncture.

Programme:

- \* structure de la peau
- \* processus de vieillissement
- \* formation des rides
- \* méthodes de réparation
- \* anatomie du visage
- \* énergétique chinoise
- \* digitopression
- \* stimulation musculaire
- \* ventouse
- \* ridoki
- \* recettes de beauté

ouvert à tous, aucun pré-requis

durée 2 jours, 16h



## Formation Complète Praticien en Massage Bien-Être:

*A l'issue de votre formation complète,  
vous aurez acquis toutes les aptitudes nécessaires  
pour devenir Praticien en Massage Bien-Être.*

Module 1: Initiation

Module 2: Perfectionnement

Module 3: Spécialisation et Installation

Certification

durée 3 x 5 jours 120h + 6h certification



## Tarifs:

<i>Formation Massage Bien-Être</i>	<i>Durée</i>	<i>Nombre d'heures</i>	<i>Tarif/pers.</i>
<u>Module 1 : Initiation</u>	5 jours	40h	600€
<u>Module 2 : Perfectionnement</u>	5 jours	40h	600€
<u>Module 3 : Spécialisation</u>	5 jours	40h	600€
<u>Certification:</u>	1 jour	6h	135€
<u>Formation Complète Praticien Massage Bien-Être:</u>	16 jours	126h	1935€

tarif préférentiel  
1650€  
voir conditions \*

<i>Formation Lifting Manuel du Visage</i>	<i>Durée</i>	<i>Nombre d'heures</i>	<i>Tarif/pers.</i>
<u>Lifting Manuel du Visage:</u>	2 jours	16h	240€

### Option:

30€ acquisition de votre propre matériel pour le Lifting Manuel du Visage  
afin d'exercer de suite après la formation



## **Bulletin d'Inscription:** à renvoyer à :

ADEL Formation Massage - Agnès Delouche - 10 rue du 4 septembre - 24290 MONTIGNAC

Nom\* : .....

Prénom\* : .....

Adresse\* : .....

.....

Ville\* : .....

Téléphone portable\* : .....

Téléphone (domicile) : .....

Adresse email\* : .....

S'inscrit au module\* : .....

prévu à la date du\* : .....

S'inscrit à la Formation Complète (tarif préférentiel) :

date module 1 : ..... date module 2 : ..... date module 3 : .....

et envoie un chèque d'acompte\*\* de 30%, soit: .....

à l'ordre de : DELOUCHE Agnès

et déclare en signant\* avoir lu et accepté entièrement les conditions générales d'inscription et le règlement de déontologie.

Signature :

option possible: acquisition de votre propre matériel pour le Lifting Manuel du Visage 30€  
afin d'exercer de suite après la formation :            OUI    envoie chèque 30€            NON

\* mentions obligatoires

\*\* Le chèque de pré-inscription ne sera encaissé, afin de respecter le délais légal de rétractation, que 10 jours après la signature du contrat de formation ou de la convention de stage.

## **Règlement de Déontologie et Charte de Qualité:**

Toutes nos formations sont de véritables formations professionnelles exigeantes, complètes et de grande qualité. Nous nous engageons formellement sur leur qualité. Nos formations sont ouvertes à tout public, sans niveau pré-requis (sauf module 2 et 3). Chaque session de formation est accompagnée de supports pédagogiques complets, clairs et en couleur. Les formations se déroulent dans des cadres adaptés et sont parfaitement saines et sans aucune ambiguïté. Nous avons posé comme principe de ne pas faire de sélection de niveau et de compétence pour commencer une formation au sein de notre centre. Nous aimons les échanges. Les groupes variés composés de stagiaires ayant des attentes et des connaissances différentes sont beaucoup plus enrichissants. Le niveau des formations est toujours tiré « vers le haut » et si chaque personne peut choisir ce qu'elle décide de retenir, les plus exigeantes ne sont jamais laissées pour compte. Pour la bonne marche de nos formations, nous nous laissons toujours le choix de refuser ou d'exclure toute personne ne respectant pas ce règlement. Durant la formation vous serez à la fois masseur et receveur, afin de pouvoir pratiquer et ressentir. Les formations se font en petit groupe d'un effectif de 10 stagiaires maximum à 4 stagiaires minimum. Il est fortement conseillé entre chaque module, d'effectuer un certain nombre de massages afin de faire évoluer votre toucher et votre ressenti. C'est une condition essentielle et incontournable pour devenir une masseuse ou un masseur de qualité. L'investissement personnel est très important pour réussir.

Nos formations ne sont en aucun cas à but médical ou thérapeutique. Les massages relaxants que nous enseignons ne permettent pas de guérir ou soigner, ne remplacent en aucun cas le travail des masseurs kinésithérapeutes. Le massage bien-être se différencie par conséquent totalement du massage kinésithérapeutique ou médical.



# Conditions Générales d'Inscription:

## 1. Inscription

- 1.1 Avant toute inscription, il est préférable de vérifier la disponibilité sur le stage choisi, premier contact conseillé par téléphone ou mail.
- 1.2 L'inscription à une de nos formations peut se faire par téléphone, par mail, par courrier, en signant cette convention de stage ou dans notre centre de formation (sur rendez-vous). Sauf cas particulier, l'inscription ne sera prise en compte qu'à réception du chèque d'acompte.
- 1.3 En début de formation, le stagiaire s'engage à être âgé de plus de 18 ans.
- 1.4 À compter de la signature du contrat ou de la convention de formation professionnelle le stagiaire dispose d'un délai de 10 jours pour se rétracter par lettre recommandée avec accusé de réception (Article L6353-5).
- 1.5 À l'expiration du délai de 10 jours sera encaissé l'acompte de 30%, du prix de la formation choisie, demandé lors de l'inscription. Le solde sera échelonné à mesure du déroulement de l'action de formation (Article L6353-6).
- 1.6 L'inscription vaut acceptation complète de notre Règlement de Déontologie et nos Conditions Générales d'Inscription.
- 1.7 Quinze jours, au plus tard, avant le début de la formation, le stagiaire recevra un mail de confirmation d'inscription avec les dernières modalités (comment venir, qu'apporter, les horaires,...). À titre exceptionnel, la confirmation pourra se faire par téléphone.

## 2. Paiement

- 2.1 Le paiement d'une session de formation sera échelonné au fur et à mesure du déroulement de l'action de formation. Le paiement intégral d'une formation est exigible dès le premier jour d'une formation.
- 2.2 Concernant les formations à plusieurs niveaux, le stagiaire peut s'inscrire à la totalité de cette formation et bénéficier du tarif préférentiel "Formation Complète" (quand il existe). Un premier versement de 30 % du montant "Formation Complète" sera encaissé après le délai légal de rétractation. Si le stagiaire s'inscrit au module 1 seulement, il pourra bénéficier du tarif "Formation Complète" durant tout le module 1 de formation, il lui sera alors demandé le paiement "Formation Complète" déduit des sommes déjà versées.

## 3. Tarifs

- 3.1 À l'exception des formations "prise en charge, formation continue", tous nos tarifs s'entendent HT (TVA non applicable selon l'article 293B du CGI).
- 3.2 Les demandes de prises en charges seront étudiées au cas par cas et feront l'objet d'un devis détaillé. Les tarifs étant augmentés de 20 %.

## 4. Annulation

- 4.1 Toute annulation devra être notifiée par écrit.
- 4.2 Le stagiaire peut rompre le contrat en cas de force majeure dûment reconnue, dans ce cas seules les prestations effectivement dispensées sont payées, à due proportion de leur valeur prévue au contrat (Article L6353-7).
- 4.3 Tout report de formation au plus tard 15 jours avant le début de la formation donnera lieu à un avoir du montant du premier versement versé valable 1 an.
- 4.4 Pour toute annulation moins de 15 jours avant le début de la formation, l'acompte versé sera conservé sans contrepartie.
- 4.5 En cas d'abandon en cours de formation, le paiement de celle-ci se fera dans son intégralité (que se soit pour le niveau concerné ou pour les autres), qu'elle que soit la raison invoquée. Plus généralement, aucune somme ne pourra être remboursée.
- 4.6 Toute absence injustifiée quelle qu'elle soit sera sanctionnée par l'annulation du cursus de formation sans contrepartie financière.

## 5. Lieu et horaires

- 5.1 Les formations ont lieu à Montignac sur Vézère 24290 ou alentours proches, l'adresse exacte vous sera communiquée 15 jours au plus tard, avant le début de la formation.
- 5.2 Les horaires exacts vous seront communiqués 15 jours, au plus tard, avant le début de la formation. Généralement les horaires sont de 9h à 18h(30) (pause déjeuner de 1h30 à votre charge).

## 6. Ajournement

- 6.1 Nous nous donnons la possibilité d'ajourner une formation jusqu'à 15 jours avant le début de celle-ci si le nombre d'inscrits n'est pas suffisant (4 minimum). Aucun dédommagement ni compensation ne pourront être exigés à ce titre. Les sommes versées seront, alors, totalement remboursées ou reportées sur une autre date de stage ultérieure.
- 6.2 En cas de force majeure, la formation pourra également être ajournée ou reportée.
- 6.3 Le calendrier de formation étant établi plus d'1 an à l'avance, il doit être considéré comme "indicatif" et pourra être soumis (très rarement et à titre exceptionnel) à modification ou annulation. Aucun dédommagement ni compensation ne pourront être exigés à ce titre.

## 7. Droit de réserve

- 7.1 Le formateur (Agnès Delouche) se réserve le droit de refuser ou d'exclure un stagiaire qui ne respecterait pas les consignes de respect et/ou de sécurité ou qui par des propos et/ou des attitudes gênerait le bon déroulement du stage.
- 7.2 Le formateur se réserve le droit d'écourter la journée de formation, sans pour autant altérer la qualité et le contenu de la formation, au cas où le groupe travaille et avance en bonne synergie.



## Votre Enseignant:

### *Agnès Delouche*



*Praticienne en Massage Bien-Être depuis plus de 13 ans, formée à Paris par des écoles privées de renom de formations exigeantes, complètes et de grande qualité, ayant travaillé auprès de grands hôtels, pour des entreprises et aujourd'hui exclusivement auprès des particuliers, j'ai su parfaire et développer durant toutes ces années mes connaissances.*

*Aujourd'hui je souhaite transmettre mon "savoir", mon expérience dans le domaine du massage de bien-être, tant il est difficile de trouver à bien se faire masser.*

*Tout au long de la formation je vous accompagnerai pour parfaire vos gestes, développer vos sens, votre écoute, votre toucher, vos postures, comment gérer vos efforts....*

*Au-delà de la technique pure, pour moi l'essentiel dans le massage est de masser avec son cœur.*

*A la fin de la formation complète de Praticien en Massage Bien-Être vous serez à même de procréer votre propre massage et de voler de vos propres ailes.*

*Plus vous masserez plus vous vous perfectionnerez.*

*J'aurai grand plaisir à vous accueillir au sein de mes formations, dans une ambiance détendue et de partage, tout en ne perdant pas de vue l'exigence et le travail qu'elles demandent.*



## Lieu Formation:



*Le lieu de formation peut varier selon les périodes et le nombre de stagiaires.*

*A ce jour il n'est pas envisagé d'éloigner la formation à plus de 15 kms de:*

*Montignac-sur-Vézère - 24290*





## *Centre de Formation au Massage Bien-Être*

*ADEL Formation Massage  
DELOUCHE Agnès Praticienne Massage Bien-Être  
10 rue du 4 Septembre - 24290 Montignac  
tél: 06.33.97.55.39 - mail: [adel-formation-massage@orange.fr](mailto:adel-formation-massage@orange.fr)*

**[www.adel-formation-massage.com](http://www.adel-formation-massage.com)**

SIRET: 48114447500045

Enregistrée sous le numéro 75240193924 cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat