



### **Public**

- Directeur Spa ou centre de bien-être
- Esthéticienne
- Praticien Spa
- Particulier en reconversion

### **Objectifs**

- Assimiler la technique manuelle
- Connaissances théoriques sur la lymphe
- S'initier aux zones corporelles spécifiques à solliciter par acupression
- Apprendre la technique du Zenabel

### **Programme**

- Contre-indications
- Approche énergétique
- Pratique avec le Zenabel
- Sollicitation par acupression des zones corporelles spécifiques
- Apprentissage du protocole manuel

### **Moyens pédagogiques et techniques**

- Apports théoriques
- Présentation d'outils et de méthodes
- Exercices d'applications pratiques
- Remise d'un support de formation

### **Validation**

- Une évaluation est réalisée au début, à la fin de la journée et en fin de stage
- Des mises en situation permettent de mesurer l'intégration des connaissances
- Les participants définissent des actions de progrès à mettre en application

### **Modalités**

- Durée : 12 heures sur 2 jours
- Prérequis : aucun
- Lieu : Cabinet Zenithude, 47 av du G. de Gaulle, Libourne (33)
- Suivi de l'action : Etat d'émargement individuel, évaluation des acquis
- Sanction de l'action : attestation de formation certifiante
- Formateur : Didier Michaud, formateur modelages et techniques Spa

## **Massage minceur (Manuel et avec Zenabel)**

### **PRESENTATION**

#### *Avec Zenabel*

L'effet « palpé-drainant » est très différent du palpé roulé car il est réalisé d'une seule main et dans le sens des fibres musculaires, sans danger pour les vaisseaux lymphatiques.

De fabrication française artisanale, le Zenabel est un outil professionnel. Son action :

- Réveille et entretient la circulation de la lymphe ;
- Favorise l'élimination des déchets métaboliques et la régénération cellulaire ;
- Combat la cellulite ;
- A un effet amincissant.

#### *Techniques manuelles simples*

Manoeuvres esthétiques pour favoriser la circulation de la lymphe.

### **Programme Jour 1**

- Evaluation des connaissances de chacun
- Présentation
- Approche énergétique
- Connaître les méridiens associés de l'élément bois (Printemps)
- S'initier aux principaux points réflexes
- Apprentissage des techniques avec Zenabel
- Résumé et évaluation de la journée

### **Programme Jour 2**

- Rappel et évaluation des acquis du Jour 1
- Apprentissage des techniques avec Zenabel (suite)
- Apprentissage des techniques manuelles
- Contrôle de la posture
- Apprentissage du protocole sur 60 minutes
- Pratique et personnalisation
- Résumé et évaluation du stage, pratique et questionnaire