



M E T A L

O.P.A.C Fleur d'Océan 2.0
Programme massage corps Métal©

MAJ janvier 2026

INTITULE DE L'ACTION DE FORMATION

Massage Energétique Corps METAL / Drainant - Automne©

INTERVENANT

Luc Mouton - Diplômé de médecine chinoise Traditionnelle - Faculté de Strasbourg

DURÉE ET HORAIRES DE L'ACTION DE FORMATION

16 heures : 8h30-12h30 / 14h30-18h30

EFFECTIF PAR SESSION INTRA OU INTER

1 à 6 personnes

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES - COMPÉTENCES & QUALIFICATIONS À ACQUÉRIR

- Etre capable d'utiliser le Massage Energétique Corps METAL / Drainant - Automne© dans une démarche visant à rendre au corps ses capacités à la détoxination des tissus et la détente profonde
- Acquérir une technique manuelle visant à détendre et relaxer la cliente.
- Acquérir une plus grande dextérité de meilleures compétences et plus de maturité en tant qu'esthéticienne.
- Parfaire le toucher (gestes, rythme, durée, sens des mouvements, surface concernée, protocole à suivre, manoeuvres et postures).

Le Massage Energétique Corps METAL / Drainant - Automne© est un massage global qui prend en compte l'ensemble du corps. Il a été élaboré afin d'induire une meilleure détoxination et une meilleure oxygénation corporelle, afin d'équilibrer la qualité, le dynamisme, et le rythme de la circulation sanguine et des différents processus corporels. Il favorise et relance l'élimination des déchets et procure au receveur une sensation de légèreté et de régénération profonde.

- Il apporte une réponse durable en cas de d'asphyxie des tissus, de déminéralisation, ou d'engorgement lymphatique. Il est aussi prescrit en cas de phénomènes cellulitiques localisés sur le haut du corps.
- Il apporte au receveur structure émotionnelle et force interne.
- Il est fortement recommandé de le recevoir toute l'année mais aussi et surtout à l'automne.
- Les différents mouvements qui composent le Massage Energétique Corps METAL / Drainant - Automne© sont précis et rythmés, très profonds et apaisés.
- Ces mouvements sont répétés plusieurs fois chacun. Ils font la part belle à la digito-puncture, pratiquée avec la pulpe des pouces, et proposent une approche très en profondeur du soin.
- Ce soin comporte, outre de la digito-puncture et des remontées énergétiques, des lissages, des pressions, des percussions légères, des frottements, et des étirements.
- Au cours de ces différentes manoeuvres la praticienne se servira de ses pouces, de sa paume, de son poing. Durant le soin la prise est complète : toute la main est présente active et enveloppante

Ce massage peut se pratiquer avec des argiles de couleurs afin de renforcer son action.

COÛT PÉDAGOGIQUE HT PAR STAGIAIRE ET HORS REMISES COMMERCIALES EVENTUELLES

Huit cent quatre vingt (880) Euros HT

MODALITÉS D'EXÉCUTION DE LA FORMATION

Formation dispensée uniquement en présentiel

LIEU - DATE

- Dans les locaux du client
- Dans des locaux adaptés à la prestation
- Accessibles en entrées permanentes
- Délai d'accès à la formation : 4 à 6 semaines
- La formation démarre à la signature de la convention dont les dates sont convenues en accord avec le client

PUBLIC CONCERNE - PRE-REQUIS

La formation s'adresse uniquement à des professionnelles de l'esthétique.

Concernant les personnes en situation de handicap l'OPAC Fleur d'Océan 2.0 propose à ses futures candidates un relais avec [l'agefiph](#). Cette structure favorise l'insertion professionnelle et le maintien dans l'emploi des personnes en situation de handicap dans les entreprises. Cette mission s'articule autour de quatre grands axes :

- La gestion des contributions des entreprises
- L'attribution d'aides financières
- l'animation d'un réseau de partenaires
- L'amplification des politiques publiques

PROGRAMME

Visualisation des différentes zones du corps par une approche originale du soin esthétique de bien être. Présentation, fonction et rôle du Massage Energétique Corps METAL / Drainant - Automne© de bien-être, description des différents mouvements, démonstration.

Mise en application du Massage Energétique Corps METAL / Drainant - Automne© :

- Travail du dos de la nuque au sacrum
- Travail du pied et des orteils
- Travail des mollets et du dos
- Travail du bras et des doigts
- Travail de l'abdomen
- Travail des jambes
- Les différents mouvements sont larges profonds et moyennement rythmés.

TECHNIQUES DE TOUCHER ET DEROULEMENT DU SOIN

Premier jour

8h30 Théorie

Présentation, fonction et rôle du Massage Energétique Corps METAL / Drainant - Automne©

Description des mouvements, démonstration.

10h Pratique

- Visualisation des différentes parties du corps. Mise en application du massage.
- Travail du dos de la nuque au sacrum (pressions et pétrissages avec la paume de la main)
- Travail des jambes (étirements, serremments, pressions glissées)
- Travail du pied et des orteils (frottements, étirements)
- Travail des mollets et du dos (lissages ascendant et descendants)
- Reprise de l'enchaînement.

12h30

Pause déjeuner.

14h30 Pratique

Changement de modèle, reprise des mouvements effectués et enchaînement des manoeuvres.

16h30

- Travail du bras et des doigts (secousses, pétrissages, frottements, torsions, pressions)
- Travail de l'abdomen (pressions et lissages circulaires, frottements)
- Travail des jambes (frottements, étirements, balancements, pétrissages)

18h30

Clôture de la journée.

Deuxième jour

8h30

Impressions autour d'un café.

9h Pratique

Le premier modèle reprend l'enchaînement des manoeuvres de l'arrière du corps.

- Vérification de l'acquisition des premiers mouvements.
- Enchaînement des manoeuvres sur l'avant du corps
- Chaque candidate est pris en charge individuellement par le formateur afin de parfaire sa pratique du soin.
- Gestion du temps passé au modelage.
- Changement de modèle, reprise de l'enchaînement et correction des manoeuvres.

12h30

Pause déjeuner.

14h30 Pratique

Chaque candidate pratique maintenant le Massage Energétique Corps METAL / Drainant - Automne© complet puis le reçoit à son tour.

Le formateur corrige les gestes et les postures une dernière fois et fait une évaluation des acquis.

Gestion du temps de massage.

Évaluation : des gestes, des postures, des manoeuvres, du rythme, de la pression, du toucher, de la durée.

Gestion du protocole dans le temps.

16h30

- Reprise.

18h30

Conclusions... Résumé des acquis.

Interrogation orale, tour de table.

Appréciations générales, remises des listes de présences et des dossiers signés.

Clôture de la session de formation.

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES MIS EN OEUVRE

Les formations ont lieu en Alsace ou sur site. Fleur d'Océan 2.0 met gracieusement à la disposition des candidates : tables de massages, huiles et produits cosmétiques, mais aussi des draps de massage, des dessous jetables (strings, charlottes ...) et enfin du papier et des stylos !

Chaque module de formation fait l'objet d'un document pédagogique soigné : rédigé et mis en page par un infographiste il comporte - en particulier - le mémoire du Massage Corps qui fait l'objet de l'action de formation.

Les protocoles sont clairs et lisibles.

Une **bibliographie** est à la disposition des apprenants.

MOYENS D'EVALUATION MIS EN OEUVRE EN AMONT

- Entretien de faisabilité
- Questionnaire d'auto-évaluation

MOYENS D'EVALUATION MIS EN OEUVRE AU COURS DE LA FORMATION

Vérification des acquisitions de l'ensemble des mouvements du soin :

- Correction des gestes.
- Correction de l'enchaînement des manoeuvres.
- Correction de la coordination : gauche - droite / haut - bas.
- Correction de la posture : bassin, épaules, poignets.
- Correction de la pression : périphérie - profondeur.

Vérification de la gestion du protocole de soin :

- Rythme des mouvements.
- Durée des mouvements.
- Durée du soin.

MOYENS D'EVALUATION MIS EN OEUVRE EN AVAL

- Fiche d'acquisition des compétences
- Attestation de formation
- Certificat de réalisation

Remise de fiches d'évaluation de la formation à chaud et à froid.

La liste d'émargement, l'attestation de présence et une facture sont délivrées à la clôture de chaque session de formation.

DEMARCHE QUALITÉ ET SUIVI MIS EN OEUVRE

L'attention permanente portée à l'évaluation continue des savoirs faire, à la pérennisation des connaissances, au suivi et à la responsabilisation des équipes de professionnelles, définit les standards d'une démarche Qualité appliquée sans concessions à l'ensemble du réseau.

Son déploiement raisonné induit une communauté de professionnelles animées par la même passion et par les mêmes exigences.

Afin de proposer et définir de nouveaux marqueurs de l'excellence Fleur d'Océan 2.0 s'inscrit dans une démarche forte et innovante de qualité des actions de formation professionnelle continue. Les candidates ayant effectué un premier stage de formation pratique, peuvent si elles le souhaitent revenir une seconde fois assister à nouveau à ce même stage afin de parfaire leurs connaissances. Dans un tel cas ces deux nouvelles journées de formation seront intégralement prises en charge par les acteurs du financement de la formation professionnelle.

Le Toucher n'est jamais un acte anodin, il implique des compétences et de la cohérence.

Cette démarche a pour objectif de rendre l'outil acquis vivant et parfaitement maîtrisé par les candidates. Nous sommes attentifs à vérifier :

- La prise de confiance en soi et la progression de la candidate.
- La capacité de la candidate à mettre en pratique les connaissances acquises.
- La capacité de la candidate à optimiser et améliorer ses pratiques professionnelles.
- La capacité de la candidate à participer à l'amélioration de la performance collective.
- La capacité de la candidate à la prise d'initiatives.



Siret : 523 120 533 000 30
TVA : FR 66 523 120 533
NAF : 4619 B

Certification PRO Animateur Agréé
Soins de Bien Etre - Massages Energétiques

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro : 44 67 05 690 67
Auprès du Préfet de la Région Grand Est

Luc Mouton Fondateur & Gérant
O.P.A.C Fleur d'Océan 2.0

[Mail 1](#)

[Mail 2](#)

[Site](#)

[Facebook](#)

[Linked-In](#)

Tel + 33 6 82 46 29 15