



# BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 - **Organisme de formation n°93.06.08454.06**  
Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

## MASSAGE DE BIEN-ÊTRE HAWAÏEN LOMI-LOMI

Date de mise à jour document : le 17/05/26



### PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le soin Lomi-Lomi est une invitation au voyage dans les contrées exotiques hawaïennes. Ce modelage représente bien plus qu'une simple succession de manipulations et de gestes sur un corps douloureux. C'est un massage profond et rythmé, relaxant ou très revitalisant. Les longs mouvements fluides des avant-bras et des mains enveloppent le corps et chassent les toxines pendant que les pressions des coudes libèrent les tensions.

Le Lomi-Lomi est l'expression même de toute la philosophie polynésienne : un soin visant à équilibrer le rapport corps/esprit, intérieur/extérieur, physique/mental. C'est un soin authentique, empreint de sagesse traditionnelle qui veut que le corps soit traversé par une énergie (appelée "Mana") : douleurs, contrariétés et anxiété proviendraient en réalité d'une mauvaise circulation de cette énergie. Ce soin est une réponse à ces maux qui nous affectent, permettant de rééquilibrer cette énergie et retrouver ainsi une unité au sein même du corps. D'une durée d'une heure, il s'effectue sur l'ensemble du corps, à l'aide d'un mélange fève de cacao et huile d'amande douce tiédi.

### OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Apprendre à masser de manière très posée et précise avec vos avant-bras
- Savoir alterner massage en profondeur et massage englobant
- Connaître les gestes essentiels pour masser chaque partie du corps
- Maîtriser un protocole original.

Public

Tout public

Tarif

560 €

Durée

16 heures  
soit 2 jours de formation  
de 8 heures

Lieu

11 ch. de la Destourbe  
06800 Cagnes-sur-Mer





## **PRÉ-REQUIS**

Aucun

## **ACCÈS**

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

## **MODALITÉS PÉDAGOGIQUES**

### Méthodologie :

La formation est dispensée en présentiel et repose sur une pédagogie progressive, interactive et axée sur la pratique. Elle alterne :

- apports théoriques,
- démonstrations réalisées par la formatrice,
- mises en pratique encadrées,
- échanges et analyses des ressentis.

Chaque participante reçoit un support pédagogique complet comprenant :

- le livret de la formation,
- des outils d'accompagnement pour faciliter la pratique et la révision après la formation.

### Moyens pédagogiques :

- Alternance entre théorie et pratique afin de favoriser l'apprentissage progressif
- Démonstration détaillée des techniques de Lomi Lomi hawaïen : mouvements enveloppants, glissés amples et travail corporel global
- Exercices pratiques en binôme ou sur modèle tout au long de la formation
- Accompagnement individualisé et corrections personnalisées
- Supports pédagogiques illustrés (photos, schémas et fiches techniques réalisés sur Canva)
- Supports vidéo pour faciliter la compréhension et la mémorisation des gestes
- Travail sur :
  - la posture du praticien,
  - la fluidité des gestes,
  - le rythme,
  - la qualité du toucher
- Sessions limitées à 6 participantes maximum afin de garantir un suivi de qualité
- Temps d'échange, questions/réponses et débriefings réguliers
- Feedback individualisé pour accompagner la progression de chaque participante
- Une attention particulière est portée à la qualité de présence, au confort de pratique et à la professionnalisation des stagiaires.

## **MOYENS HUMAINS**

Une formatrice de l'équipe pédagogique permet une reconnaissance officielle et la délivrance d'une certification reconnue par l'Etat.

Béatrice SICSIK, esthéticienne diplômée depuis plus de 29 ans et certifiée masseuse de bien-être à le



FFMBE formatrice spécialisée dans l'anti-âge, minceur et bien être.



BEATITUDE FORMATION

## **BEATITUDE FORMATION**

SIRET 523 148 245 00047 - **Organisme de formation n° 93.06.08454.06**

Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

### **ACCÈS À LA FORMATION**

Retrouver les informations [CONTACT | Béatitude Formation | 06](#)

### **DATE ET DÉLAI D'ACCÈS À LA FORMATION**

À planifier avec le formateur, en fonction des besoins et des attentes du stagiaire.

À compter de la signature du devis, le délai d'accès est d'1 mois maximum jusqu'au démarrage de la formation





## **CONTENU DE LA FORMATION**

### **JOUR 1**

#### **9h30 – 12h30**

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le massage Hawaïen Lomi-Lomi
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité.

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration des étapes par étapes déroulement du modelage du dos avec les avant-bras diverses étapes et illustrations

#### **12h30 – 13h30**

REPAS

#### **13h30 – 18h30**

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage des jambes arrière avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la 1<sup>ère</sup> journée :

- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

### **JOUR 2**

#### **9h30 – 12h30**

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration du modelage des jambes avant avec les diverses étapes des jambes de devant et illustrations.

#### **12h30 – 13h30**

REPAS

#### **13h30 – 18h30**

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage du ventre et d visage avec les diverses étapes et illustrations.

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Evaluation théorique
- Contrôle pratique tout au long de la journée
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'un certificat de réalisation de fin de stage





## **SUIVI DE L'ACTION**

- Feuilles de présence signées par demi-journées
- Certificat de réalisation de stage remis au stagiaire
- Suivi des stagiaires après la formation

## **ÉVALUATION DE L'ACTION**

### Avant la formation :

Un questionnaire d'entrée est mis en place pour mettre en place les objectifs ainsi que le niveau de chaque stagiaire.

### Après la formation :

- Évaluation portant sur la théorie : Contrôle de connaissances
- Évaluation d'une séance de massage : Les résultats sont notés sur une grille d'évaluation
- Questionnaire d'évaluation à chaud par le formateur
- Questionnaire de satisfaction par le stagiaire

## **CONTACT**

Mme Béatrice SICSIK « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

Adresse : 11 Chemin de la Destourbe, 06800 CAGNES-SUR-MER

## **DEBOUCHES POSSIBLES**

### Pour les formations Spécialiste Master :

Entre la fin de la formation et le passage devant le jury, le stagiaire aura réalisé au moins 10 séances de massages, il en apportera la preuve le jour de l'examen.

Par le jury, lors de l'examen, évaluation portant sur les conditions d'accueil et de prise en charge d'un client tout au long d'une séance de massages, examen portant sur la théorie et sur la pratique (le jury dispose de la grille d'évaluation de la pratique).

Délivrance, en cas de réussite aux évaluations, d'un certificat de réalisation « Pratique de massages bien-être ».

**Le modelage proposé vise au bien-être, à la détente et à l'harmonie du corps et de l'esprit. Il ne peut en aucun cas remplacer un modelage médical ou un suivi médical.**

