



CENTRE DE FORMATION EN MASSAGE BIEN-ÊTRE

Paris -Toulouse -Lyon -Bordeaux -Fréjus -Nantes



REPUBLIQUE FRANCAISE



PRATICIEN EN MASSAGES BIEN-ÊTRE

TITRE RNCP N°36713 RECONNU PAR L'ÉTAT

Éligible CPF, Pôle Emploi, Transition Pro, OPCO

Siret 529 181 463 00017 - N° déclaration d'activité : 93830545783

Tel : 09 83 99 26 37 / 06 60 69 88 85

INSTITUT HYPOTÉNUSE, ÉCOLE FRANÇAISE DE MASSAGE

L'Institut Hypoténuse est une **école de massage** basée à Bordeaux, Fréjus, Lyon, Nantes Paris et Toulouse. Nous proposons des formations en **massage sur table** (Formation de base, Onavi, Balinais, Hawaïen, Pierres chaudes...) et en **massage assis**.

Pionnier dans l'enseignement du massage en France avec 20 années d'expérience, l'école a développé une pédagogie adaptée et un contenu spécifique pour la pratique professionnelle des masseurs.

✓ DES COURS DE MASSAGE EXCLUSIFS

Toujours à la recherche du geste juste et de l'efficacité, nous avons créé des **massages exclusifs** (Impérial®, Phénix Impérial®, Onavi®, Hypoténuse) et des **rituels spa de haute qualité** (Rose Thérapie™, Hindu Essentiel Massage™). Ainsi, grâce à nos cours de massage, les élèves maîtrisent, en plus des techniques classiques, des massages qui les démarquent de la concurrence.

Tous nos gestes, techniques et protocoles ont été élaborés pour **respecter les notions de l'énergie** (arts martiaux, tai chi, qi gong) au profit de la santé du masseur ou de la masseuse. Nous vous proposons un programme cohérent et complet couvrant l'ensemble des techniques

utilisées pour pouvoir exercer en véritable professionnel.

Notre enseignement pédagogique s'adresse à tous, que vous soyez novice, professionnel ou amateur.

✓ UNE ÉCOLE DE MASSAGE RECONNUE, CERTIFIANTE

Notre école est la seule à former légalement au métier de **Praticien en massages bien-être**, titre RNCP reconnu par l'État.

Cette formation est validée par un Certificat officiel.

Notre formation est éligible au **CPF**, **Pôle Emploi**, **Transtion Pro**, et aux **OPCO**.

Toutes nos formations sont reconnues par la Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation (FFMTR), dont nous sommes membre fondateur.

Conformément à notre engagement qualité, nous sommes une des rares écoles de massage au monde à avoir été certifiée **ISO 9001**. Après 6 ans de certifications, nos procédures ayant été validées, nous avons opté pour le **référentiel qualité DATADOCK** permettant une prise en charge des formations par les organismes financeurs et pôle emploi. Nous sommes maintenant validé par le référentiel qualité national **QUALIOPI**.

Notre école a de plus reçu la distinction **QUALITE MASSAGE**.

Nos massages ne sont pas de la kinésithérapie et ne s'apparentent aucunement à une pratique médicale, quelle qu'elle soit.

PRATICIEN EN MESSAGES BIEN-ÊTRE

TITRE ENREGISTRÉ AU RNCP (Répertoire National des Certifications Professionnelles), sous le numéro 36713

Notre école vous propose une formation certifiante reconnue par l'État, débouchant sur un titre RNCP de niveau IV.

Cette formation vous permet d'acquérir un ensemble de compétences liées au savoirs, savoirs-faire, au savoirs-être, dans les domaines techniques, pratiques et théoriques.

CES COMPÉTENCES SONT RÉPARTIES EN 3 BLOCS :

Bloc 1 : Recueil et analyse des besoins et demandes des clients en massages bien-être

Bloc 2 : Conduite d'une prestation de massages bien-être, analyse des impacts et bienfaits, élaboration de bilans..

Bloc 3 : Création, gestion et développement d'une activité de praticien en massages bien-être

CES 3 BLOCS DE COMPÉTENCES CORRESPONDENT À 10 MODULES :

Formation de base, Anatomie-physiologie, massage Assis, massage Onavi, massage Balinais, massage Pierres chaudes, massage Hawaïen, massage Hindu Essentiel Massage, Restitution Globale, Gestion d'une activité de bien-être

Le **bloc 1** correspond aux Modules : Formation de base, Anatomie-Physiologie, 1ère journée de restitution globale

Le **bloc 2** correspond aux 6 modules (Assis, Onavi, Bali, PC, Hawaï, HEM) + 2ème jour de restitution globale

Le **bloc 3** correspond au module Gestion d'une activité de praticien en massages bien-être

Pour prétendre au titre de:

"Praticien en massages bien-être", vous devrez :

Avoir acquis les 3 blocs de compétences, c'est à dire:

- en premier lieu, avoir validé la **formation de base**, les 6 modules de la **formation complémentaire de spécialisation**, le module de **gestion d'une activité de bien-être**, le module de **restitution globale**, le module d'**anatomie-physiologie** (soit en tout 10 modules)
- en second lieu, avoir justifié des **50 heures** de mise en pratique des acquis techniques de formation.
- enfin, avoir satisfait aux exigences de l'**examen**

Cette formation se déroule donc sur 310 heures, et s'effectue en discontinu, par modules de 2 à 3 jours répartis sur plusieurs mois. Vous pouvez aussi répartir cette formation sur plusieurs années, en fonction de notre calendrier.

Suivant les villes de formation, les journées de cours se déroulent les vendredi-samedi-dimanche et samedi-dimanche pour les cours de week-ends, ou bien les lundi-mardi-mercredi et lundi-mardi pour les cours en semaine.

La formation commence par la Formation de base, suivie ensuite par les modules de la Formation complémentaire de spécialisation et les modules Anatomie et Gestion d'une activité de bien, puis par le module de Restitution globale, et enfin par l'Examen

Pour information : L'ordre logique d'apprentissage est de commencer par la formation de base. Cependant, en fonction du calendrier, vous pouvez effectuer la formation dans le « désordre ». Il y a 5 modules que vous pouvez suivre sans avoir effectué la formation de base; il s'agit des modules : anatomie-physiologie, gestion d'une activité de bien-être, massage assis, massage aux pierres chaudes, massage Onavi. En revanche, les modules massage balinaï, hawaïen, HEM, et restitution globale ne peuvent être effectués qu'après la formation de base.

RAPPEL : bien que de nombreuses écoles vous proposent une formation de Praticien en massages bien-être, seule notre école peut légalement vous délivrer ce titre et son certificat reconnu par l'État.

FINANCEMENT PERSONNEL:

Si vous financez vous même votre formation, notre école vous propose des facilités de paiement. Vous pouvez, sans aucun frais supplémentaire, payer en plusieurs fois, en fonction de vos possibilités. Il suffit de nous remettre le nombre de chèques convenu, avec les dates d'encaissement souhaitées au dos des chèques.

FINANCEMENT DANS LE CADRE D'UNE PRISE EN CHARGE (formation professionnelle continue):

Notre formation étant reconnue par un titre RNCP, elle est éligible à tous les financements

Dans le cadre d'une prise en charge, vous devez avant tout vous renseigner auprès de votre organisme financeur. Que ce soit Pôle Emploi, CPF, CIF, les Opco, Fongecif, demandez à votre conseiller ce qu'il lui faut.

En général, nous devons vous remettre un devis, une convention de stage, le programme de formation, et nous devons remplir les documents spécifiques de votre organisme financeur que vous nous ferez parvenir.

Précisez à, chaque fois à vos interlocuteurs que nous sommes référencés Datadock (pour les organismes financeurs), que nous sommes référencés Kairos (pour Pôle Emploi), que nous sommes référencés dans les Carif-Oref, et que la formation débouche sur un titre RNCP et qu'elle est répertoriée au CPF.

IMPORTANT : La formation complète (3 blocs de compétences), est finançable dans sa totalité, mais, chacun des blocs de compétences est aussi finançable indépendamment.

Codes de notre formation de Praticien en massages bien-être

**code RNCP: 36713 - Siret 529 181 463 00017 -
N° déclaration d'activité : 93830545783**

Le parcours de formation peut être individualisé en fonction de votre profil personnel : par exemple si vous êtes infirmière, coach sportif, ...vous n'aurez pas besoin d'effectuer le module Anatomie-Physiologie.

Si vous êtes déjà installé professionnellement, vous serez exempté du module Gestion d'une activité de bien-être.

Si vous avez déjà effectué une formation en massage balinaise par exemple, dans une autre école, vous pourrez obtenir l'équivalence, etc...

Ce titre est aussi accessible à la VAE (validation des acquis d'expérience).
Renseignements auprès de notre école

Tous nos tarifs, à jour, sont sur notre site Internet.

MASSOTHÉRAPEUTE

Le Massothérapeute est un(e) professionnel(le) des techniques de massages bien-être intégrées à des approches thérapeutiques et qui visent à procurer une détente corporelle et une relaxation afin de contribuer à un état de bien-être général. Les séances et accompagnements qu'il propose visent à améliorer le bien-être de ses clients en utilisant différentes approches et techniques de massages de type bien-être ainsi que des techniques de relaxation.

Le métier de Massothérapeute est un métier d'expert plein et entier, clairement identifié, pour des personnes qui vont travailler dans un environnement médical ou para médical afin d'intervenir sur différents publics : Séniors, Personnes dépendantes, Femmes enceintes, Sportifs professionnels...

Le Massothérapeute intervient dans un environnement thérapeutique en relation avec les professionnels de santé : EHPAD, cliniques, hôpitaux, centres d'aide psychologique, centres de rééducation, centres sportifs professionnels, etc...

Les massages qu'il exerce ne sont pas à visée thérapeutique, mais ils répondent à des demandes précises du corps médical ou para-médical.

Le massothérapeute intervient en complément de soins médicaux, soins infirmiers, soins kinésithérapeutiques, ...

Ses prestations restent sous l'autorité du médecin et/ou des soignants.

Il doit être capable d'accueillir des clients, conduire des séances en massothérapie, d'analyser des demandes d'interventions, d'adapter des accompagnements à des publics spécialisés. Il doit aussi être en mesure d'utiliser des techniques de gestion du stress et de l'émotion, et d'accompagner ses clients lors de libération de charges émotionnelles.

Il doit pouvoir analyser les impacts de sa pratique et savoir gérer et développer une activité professionnelle.

Notre formation comporte tous les aspects pour votre exercice professionnel.



Cette formation s'effectue par modules de 2 , 3 et 4 jours répartis sur un an. Vous pouvez aussi répartir cette formation sur plusieurs années.

Le parcours du massothérapeute comporte 15 modules de formation, correspondants à 8 blocs de compétences.

- Formation de base
- Formation complémentaire de spécialisation (Onavi®, balinais, hawaïen, pierres chaudes, massage assis, Hindu Essentiel Massage™)
- le massage Impérial®
- le massage du Phénix Impérial®
- le massage pour Séniors et Femmes enceintes
- le massage pour Sportifs
- techniques de communication, de relaxation, de gestion du stress et de l'émotion
- Anatomie-physiologie
- Restitution Globale
- Gestion d'une activité de bien-être

Correspondance modules de formation / blocs de compétences:

- **Bloc 1** : module en e-learning Gestion activité de bien-être
- **Bloc 2** : un jour et demi (dans la formation de base et 1jour restitution globale)
- **Bloc 3** : 8 jour et demi formation de base + anatomie-physiologie + 1 jour restitution globale
- **Bloc 4** : 6 modules (assis,Onavi,Bali,PC,Hawaï,HEM) + 1 jour de restitution globale
- **Bloc 5** : modules Séniors, Femmes enceintes, Sportifs
- **Bloc 6** : modules techniques de communication et de gestion du stress
- **Bloc 7** : modules massage Impérial®, massage du Phénix Impérial®
- **Bloc 8** : une demi journée de la formation de base + 1 jour de restitution globale

La formation complète de Massothérapeute commence par la formation de base, suivie ensuite par les modules de la formation complémentaire de spécialisation, puis par les modules spécifiques.

Pour information : L'ordre logique d'apprentissage est de commencer par la formation de base. Cependant, en fonction du calendrier, vous pouvez suivre plusieurs modules sans avoir effectué la formation de base; il s'agit des modules : anatomie-physiologie, gestion d'une activité de bien-être, massage assis, massage aux pierres chaudes, massage Onavi, techniques de communication et de relaxation, techniques de gestion du stress et de l'émotion. En revanche, les modules massage balinais, hawaïen, HEM, Impérial, Phénix Impérial et restitution globale ne peuvent être effectués qu'après la formation de base, ou par les personnes pratiquant le massage de façon régulière..

Les anciens élèves n'ayant effectué qu'une partie des modules, peuvent venir compléter leur formation avec les modules qui leur manquent pour atteindre cette certification.

Pour prétendre au certificat de Massothérapeute, vous devez :

Avoir acquis les 8 blocs de compétences, c'est à dire:

- **en premier lieu**, valider les 450 heures de formation, qui comportent la formation de base, les 6 modules de la formation complémentaire de spécialisation, les 5 modules de la formation spécifique, le module de gestion d'une activité de bien-être, le module de restitution globale, le module d'anatomie-physiologie (soit en tout 15 modules)
- **en second lieu**, justifier des 100 heures de mise en pratique des acquis techniques de formation.
- **enfin**, satisfaire aux exigences de l'examen

L'attribution du certificat de Massothérapeute se fait par l'étude des dossiers des candidats (calendrier fixé par notre école) par un Jury extérieur à l'Institut qui évalue l'acquisition des compétences des candidats.

Après validation par le Jury le directeur de l'école vous enverra le certificat de Massothérapeute.



FORMATION DE BASE EN MASSAGE

UN CONCEPT DE FORMATION EXCLUSIF BASÉ SUR 4 ORIENTATIONS

- Qualité et rapidité de la formation
- Apprentissage de l'univers lié au massage
- Respect absolu de l'intimité des personnes
- Protection du bien-être et de la santé du masseur

Notre savoir-faire est issu de la pratique en écoles, cabinets, instituts et hôtels de haute catégorie, en France et à l'étranger. Un apprentissage finalisé par la délivrance, après examen, d'un certificat de formation de base reconnu par la Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation (FFMTR).

1. Une formation au massage courte et de qualité

Contrairement à certaines écoles de massage, notre formation de base s'effectue sur une période courte. Cette durée, de 3 fois 3 jours répartis sur 2 mois, peut surprendre. Notre choix, validé par 20 années d'expérience et plusieurs centaines de personnes formées, est issu de plusieurs réflexions.

Le toucher est un de nos 5 sens naturels. En conséquence, notre fonction n'est pas de vous apprendre à toucher, mais de vous enseigner une façon particulière de toucher, en rapport avec des règles, des codes, des enchaînements, c'est-à-dire des protocoles précis et spécifiques.

La formation est là pour donner l'explication, faire la démonstration et vous permettre d'effectuer l'application des protocoles.

La connaissance et la maîtrise de ces protocoles nécessite beaucoup de travail. Ce travail est avant tout personnel et nécessite que vous répétiez vos protocoles chaque jour, chez vous, avec vos conjoints, amis, enfants, familles, etc. Il n'y a que

de cette façon que vous pourrez évoluer. Durant cette période, c'est l'entraînement qui est fondamental et nul besoin d'avoir un formateur derrière vous !

Le formateur interviendra ensuite, au week-end suivant, pour vérifier la bonne connaissance d'un protocole que vous aurez répété pendant plusieurs heures. Et là, effectivement l'action du formateur aura toute son importance et sera justifiée. Il faut donc comprendre que la formation ne dure pas 9 jours, mais bien 2 mois.

Si vous suivez bien cet entraînement personnel, au bout de deux mois, vous aurez acquis les qualités techniques pour pouvoir exercer vos massages de façon professionnelle. Bien entendu votre qualité évoluera encore au fil des jours, mois et années de pratiques comme dans toutes choses que nous effectuons avec passion.

- Une formation sur 3 week-ends de 3 jours ou en période groupée, permettant d'apprendre à effectuer tout type de massage de détente, relaxation, bien-être.
- Un enseignement permettant d'exercer dans tous les milieux.

- Un ensemble de techniques permettant de personnaliser son massage et de l'adapter à la demande.
- Durant la formation, chaque élève masse et est massé pour apprendre, ressentir et vérifier l'efficacité du massage.

2. Apprentissage de l'univers du massage

Les élèves-masseurs apprennent :

- Les règles élémentaires de sécurité.
- La gestion du massage, organisation, posture, positionnement.
- Les bases de l'aromathérapie.
- Les mélanges d'huiles type pour les cas les plus courants.
- La sécurité dans l'utilisation des huiles.
- Les 3 piliers du massage : posture, gestuelle, souffle.

3. Respect de l'intimité des personnes

Tout au long de la formation, l'élève apprend à **maîtriser un jeu de serviettes, exclusif à l'Institut**, permettant le respect total de l'intimité physique des personnes qu'il masse. Pendant les cours, aucune personne ne se met nue.

Les élèves devant être massés

se mettent en sous-vêtements, s'installent sur la table de massage et se recouvrent avec leur serviette. Les élèves dont c'est le tour de masser n'assistent pas au déshabillage.

4. Protection de la santé et du bien-être du masseur

Toutes les formations de l'Institut Hypoténuse ont été conçues dans **un souci de santé pour le masseur**. L'enseignement, organisé autour du souffle, de la posture et de la gestuelle, est en lien direct avec les principes de l'énergétique orientale : **tai-chi-chuan, qi gong, arts martiaux**. Chaque technique et chaque geste enseignés ont été réétudiées dans cette notion, **grâce au travail du directeur de l'école qui pratique les arts martiaux et internes depuis plus de 40 ans**

Ainsi, au-delà d'effectuer un massage, le masseur approche une **dimension énergétique** lui permettant de **préserver et d'optimiser son capital santé** au fur et à mesure de sa pratique: **le massage ne le fatigue plus, au contraire, il le dynamise.**

Ce travail particulier permet en outre au masseur d'évacuer le stress, les tensions, de se recentrer et d'intégrer la dimension psychologique liée au massage, augmentant son capital confiance pour le conduire à prodiguer un massage très performant.

Chaque séance de massage devient alors pour le masseur sa propre séance de **Tai Chi/Qi Gong**



FORMATION DE BASE EN MASSAGE SUR TABLE

L'**Institut Hypoténuse**, dirigé par Eric Darves-Bornoz, Membre fondateur de la Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation (FFMTR), vous propose une **formation de base** aux techniques de massage sur table en 3 week-ends de 3 jours.

Cette formation est validée, après examen, par un **Certificat de formation de base**, reconnu par la FFMTR.

PROGRAMME FORMATION DE BASE SUR TABLE

- **Techniques de base et fondamentales.**
- **Echauffements, assouplissements.**
- **Postures**
- **Respiration**
- **Massages applicables à chacun des segments du corps** : crâne, visage, nuque, cou, épaules, dos, jambes, pieds, mains, bras, thorax, ventre.
- **Massage Hypoténuse** (détente-relaxation, synthèse de techniques suédoises et californiennes).
- **Massage global chinois** : Harmonisation énergétique.
- **Conduire un entretien** avec sa clientèle pour déterminer ses besoins, et être en mesure de lui proposer des séances adaptées.
- **Auto-massage** chinois pour entretenir et garder sa forme.
- **Les règles de sécurité** relatives au massage.
- **Le positionnement et le rapport** dans la relation du toucher ainsi que l'organisation du travail.
- **Connaissance des matériels.**
- **Organisation du travail.**
- **Accueil clientèle.**
- **Connaissance produits.**
- **Tarifs applicables en clientèle.**
- **L'aromathérapie** : Aromamassage, connaissance et utilisation des principales huiles végétales, florales, essentielles, ainsi que différents mélanges d'huiles adaptés à des cas spécifiques.

FORMATION COMPLÉMENTAIRE DE SPÉCIALISATION

La FORMATION COMPLÉMENTAIRE DE SPÉCIALISATION

vous permet d'apprendre différents massages du Monde, tels qu'ils sont pratiqués de manière traditionnelle

Cette formation est réservée aux élèves ayant suivi la formation de base de l'Institut ;

La formation complémentaire se compose de 6 modules:

- Le massage aux **Pierres Chaudes** (traditionnel)
- Le massage **Balinais** (Urut-Pijat)
- Le massage **Onavi®** (bases Coréennes)
- Le massage **Hawaïen** (Lomi-lomi)
- Le massage **Hindu Essentiel Massage™** (Abhyanga + Aromathérapie)
- Le **massage assis de type AMMA** (Japonais)

Chaque session se déroule sur 2 jours

Le prix de ces différents week-ends (de la formation complémentaire) est à un tarif préférentiel pour les élèves ayant effectué la formation de base.

Un **certificat de formation** est remis pour chacune de ces sessions.

Vous pouvez opter pour le Week-end à la carte :

destiné pour celles et ceux qui n'ont pas effectué la formation de base.
Les week-ends : lomi-lomi, Bali, HEM, sont ouverts aux personnes sachant masser, ou ayant fait une formation dans une autre école. Dans ce cas, ils permettent d'obtenir **les certificats de chacun de ces week-ends** (certificat de massage balinaï, hawaïen, HEM).

Les formations Onavi® et Pierres chaudes sont ouvertes à tous, y compris aux débutants

La formation massage assis se déroule sur 2 jours, plus une mise en situation après entraînement personnel. La formation est ouverte à tous, y compris aux débutants.

Ces formations permettent aussi d'obtenir les certificats de chacun de ces week-ends (certificat de massage Onavi, Pierres chaudes, massage Assis).

Ces certificats sont reconnus par la FFMTA.

Chacun de ces massages font partie du parcours de la formation complète du titre rncp de **PRATICIEN EN MASSAGES DE BIEN-ÊTRE**
Ils constituent (avec le module "Restitution globale"), les blocs de compétences N° 1 et 2, du titre RNCP.

FORMATION AU MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES (HOT STONES MASSAGE) Façon traditionnelle

Le Massage aux Pierres chaudes (ou Hot Stones massage), permet de maîtriser une pratique avec des instruments, en l'occurrence des pierres de basalte chauffées, qui vont procurer une chaleur au plus profond des muscles, facilitant un bon relâchement musculaire, le drainage et l'élimination des toxines.

Plusieurs grandes civilisations sont à l'origine de ce type de massage: les Indiens, d'Amérique du nord, et les Polynésiens en particulier.

C'est un massage très technique, qu'il convient de bien apprendre, de manière à ne faire prendre aucun risque à ses clients.

Des pierres chauffées seront placées de manière statique sur différentes parties du corps, pendant que d'autres pierres chauffées parcourront le corps.

La technique que nous enseignons (origine polynésienne), est dans le respect de la tradition originale de l'application des pierres chaudes.

C'est un massage complet du corps.

Un certificat de massage aux pierres chaudes est remis à l'issue du week-end de formation. (reconnu par la FFMTR).





FORMATION AU MASSAGE BALINAIS

Enchaînement de techniques d'effleurage, de mouvements rotatoires, de pressions, le massage balinais est à l'image des habitants de Bali: profondeur, douceur, gentillesse, tendresse.

Ce massage est une combinaison du massage indonésien qui comporte deux types de pratique: le URUT et le PIJAT.

Très influencé par la médecine traditionnelle chinoise, le massage balinais travaille sur les parcours des différents méridiens, sur des points particuliers et sur des techniques d'étirement afin de réaliser une bonne circulation énergétique dans l'ensemble du corps. Le massage utilise aussi des techniques plus occidentales, comme l'effleurage, modelage, pompage...

Ainsi, le massage balinais a des effets relaxants, dynamisant, circulatoires et énergétiques, très drainant et détoxiquant. Ses indications sont diverses, et principalement toutes les demandes de relaxation, détente, ainsi que les remodelages corporels, silhouettes, cellulite.

Il se caractérise par la puissance du toucher, ainsi que par sa douceur, et la prise en compte du client.

Un certificat de massage balinais est remis à l'issue du week-end de formation. (reconnu par la FFMTR).



FORMATION AU MASSAGE ONAVI®

Massage vibratoire, ondulatoire (création et propriété de l'Institut), il est l'héritier des voyages autour du monde d'Éric Darves-Bornoz.

Puisant ses sources dans les techniques Coréennes, le bercement Sarawak, ou les pratiques des Indiens d'Amazonie, associé à une touche finale très « hidalgo » espagnol, ce massage, sans huile, se pratique sur personnes habillées ou déshabillées. Il permet un grand relâchement des tensions. Destiné à toute sorte de clientèle, il est très indiqué aux personnes stressées, qui n'arrivent pas à se relâcher, les sportifs très tendus, ou bien encore les personnes n'appréciant pas le contact plus traditionnel de la main sur la peau habituellement utilisé dans les autres type de massage.

Ce massage, ne nécessitant pas de déshabillage, peut se pratiquer en tous lieux.

Sa pratique permet une très bonne intégration corporelle pour le receveur, et va permettre un travail intéressant au niveau mental et corporel :

Au niveau mental :

- Lâcher prise profond
- Relâchement des tensions mentales
- Élimination des pensées répétitives
- Profonde intégration corporelle avec sensations nouvelles
- Un éprouvé d'un corps vivant, mobile, harmonieux, équilibré...

Au niveau corporel :

- Augmentation du métabolisme de base
- Meilleure combustion dans les cellules, en particulier des graisses, grâce à une très bonne aérobie: mouvements intensifs des muscles sans élévation du rythme cardiaque, permettant en effet d'améliorer

l'assimilation de l'oxygène par le sang.

- Forte stimulation de la circulation lymphatique
- Effet détoxiquant
- Meilleure élimination
- Renfort des muscles vertébraux, sans effort et sans risque, qui va permettre une meilleure répartition des sollicitations de certains muscles sur l'ensemble du faisceau
- Décompression en douceur des vertèbres
- Meilleure circulation des fluides et des nutriments dans les muscles et les vaisseaux, ainsi que dans les articulations
- Raffermissement des muscles en douceur
- Relâchement du diaphragme et libération de la respiration.

Un certificat de massage onavi est remis à l'issue du week-end de formation. (reconnu par la FFMTR).



FORMATION AU MASSAGE HAWAÏEN (LOMI-LOMI)

Le massage lomi-lomi vient de la langue polynésienne des Rapa nui, (lomi veut dire massage, masser).

C'est un massage complet du corps, très enveloppant, alternant les techniques d'effleurage, de torsion, de pression, pétrissage

Le masseur se sert beaucoup de ses avant-bras pour effectuer ce massage, ce qui est une des particularités du lomi-lomi hawaïen.

L'autre grande particularité de ce massage est la grande mobilité du corps du masseur pour pouvoir exercer : c'est un massage qui permet au masseur de développer une grande agilité, une très bonne coordination des différents segments de son corps, un travail très important au niveau de la coordination du souffle de la posture et de la gestuelle, et une très bonne circulation énergétique dans l'ensemble du corps du masseur.

Pour celui qui reçoit le massage, les effets seront une grande relaxation, une bonne circulation énergétique et des fluides, et une libération des tensions mentales, nerveuses et musculaires.

Sensations d'unité et de plénitude sont liées à ce massage.

Notre protocole s'inscrit dans la lignée traditionnelle polynésienne.

Un certificat de massage hawaïen est remis à l'issue du week-end de formation.(Reconnu par la FFMTR).

HINDU ESSENTIEL MASSAGE™

La fusion de la tradition et de la modernité, quand l'Ayurvédisme rencontre l'Aromathérapie !

En exclusivité pour la France la nouveauté mondiale en rituel Spa, le Hindu Essentiel Massage.

Selon la tradition indienne de l'Ayurvédisme, les êtres humains se distinguent selon 3 types corporels métaboliques appelés DOSHAS.

Ces 3 Doshas sont :



- Vata,
- Pitta et
- Kapha

Tous ces doshas résident dans chacun d'entre nous, mais, un des doshas est prédominant.

L'Ayurvédisme va permettre d'équilibrer ces différents doshas, afin de retrouver l'harmonie. Notre rituel Spa HEM comporte un questionnaire très précis, vous permettant de pouvoir déterminer très facilement et très rapidement le dosha principal.

Dans l'approche ayurvédique de l'Être humain, l'utilisation de massages est très employée en Inde, et le **massage traditionnel « Abhyanga »** est très réputé.

Celui-ci s'effectue différemment selon le dosha dominant. Notre formation vous permettra de pratiquer ces différentes formes en relation avec les 3 doshas.

Autre particularité, l'utilisation des herbes « médicinales » est très fréquente dans l'Ayurvédisme : lors des massages, des « **pochons** » remplis

d'herbes sont employés pour masser le corps. Dans le cadre du Hindu Essentiel Massage, vous confectionnez vous même vos pochons avec des herbes micronisées de : Passiflore, Romarin, Curcuma, Basilic, Pesse d'eau (appelée aussi Queue de cheval), que vous utiliserez au cours du massage de manière à faire bénéficier vos clients de leurs propriétés.

A cette méthode traditionnelle, nous avons ajouté l'aromathérapie...

L'Aromathérapie, est l'utilisation des propriétés des plantes sous la forme des huiles essentielles et des huiles végétales.

Dans le Hindu Essentiel Massage, nous avons relié l'aromathérapie et l'Ayurvédisme en utilisant des **Quintessences d'huiles essentielles et d'Absolus en relation directe avec les doshas.**

Les huiles végétales utilisées, sont elles aussi en lien direct avec les doshas qui influencent la qualité de notre peau.

Que ce soit lors de la pratique des techniques manuelles de massage ou lors de l'utilisation des pochons, ces quintessences et huiles végétales seront utilisées en synergie.

Cette nouvelle approche créée par « CV Primary Essence » est **une première mondiale, unique**, et vous permettra d'effectuer un rituel très efficace, qui vous démarquera de la concurrence.

Plénitude, harmonie, bien-être, équilibre énergétique sont les maîtres mots de ce rituel.



FORMATION MASSAGE FEMME ENCEINTE

Le massage de la femme enceinte est un moment important dans le processus de la grossesse.

Face aux modifications que cela engendre, physiques, physiologiques, émotionnelles, cette parenthèse de détente apporte un plus indéniable à la future Maman.

Des bienfaits multiples

Le massage de la femme enceinte, va agir sur plusieurs niveaux.

En effet, la grossesse s'accompagne souvent de douleurs du dos, de sensations de jambes lourdes, de prise de poids.

D'autre part, les modifications du corps peuvent déstabiliser certaines mamans, qui ne se reconnaissent plus dans leur corporalité.

En outre, des problèmes de sommeil, de nervosité, de stress peuvent perturber cette période spéciale.

Enfin, le nouveau projet de vie qui se dessine avec la future arrivée du Bébé génère parfois des difficultés dans la vie quotidienne.

Le massage, un précieux allié

Cela n'est un secret pour personne, le massage apporte de nombreux bienfaits:

- sur le plan physique, par la détente musculaire qu'il procure
- au niveau des douleurs, par l'action de certaines hormones spécifiques qui sont sécrétées lors du massage
- au plan psychologique par la relaxation engendrée
- le moral bénéficiera de l'apport de certaines hormones comme les endorphines. Ces hormones sont souvent nommées hormones du bonheur..

Massage et grossesse, les 2 phases de travail

Il y a deux phases bien distinctes pour effectuer un massage lors de la grossesse. Les techniques à effectuer, les positions de la femme seront différentes que le massage soit prénatal ou bien postnatal.

Une formation pour vous spécialiser

- les règles de sécurité relatives au massage de la femme enceinte
- les indications et contre-indications sur l'utilisation des huiles essentielles
- les huiles végétales les plus appropriées, en particulier l'huile reine contre les vergetures
- les techniques prénatales et postnatales
- les protocoles spécifiques
- l'installation, les positions de la femme enceinte.
- l'adaptation sur table, sur chaise
- gérer les peurs et les doutes de la femme enceinte

Cette formation s'adresse à des professionnels du massage et fait partie du parcours de Massothérapeute de notre école.

*Un certificat de massage femme enceinte est remis à l'issue de la formation
(Reconnu FFMTTR)*



FORMATION MASSAGE POUR SÉNIORS

Le massage pour Séniors, personnes âgées: une demande sociétale.

Beaucoup de nos Aînés ont une vie très active, qu'elle soit intellectuelle, physique, culturelle. Ces activités, de plus grandes disponibilités de temps libre et une plus grande attention à leur état de santé et de bien être, conduisent de plus en plus de Séniors à prendre du temps pour eux, à prendre soin d'eux.

Le massage n'est pas en reste dans les demandes de bien-être, et nous devons pouvoir répondre à cette demande spécifique par la pratique de notre art.

Pour nos Anciens, plus âgés, pour certains même, physiquement diminués, voire dépendants, le massage revêt une grande importance.

Le massage, vecteur de santé, de prévention, et plus encore...

Le massage pratiqué régulièrement, va permettre d'agir à différents niveaux :

- sur le corps tout d'abord, par la réduction des douleurs liées aux muscles tendus.
- ensuite, au niveau mental, car le massage apporte une sensation de plaisir, de détente, une réappropriation des sensations agréables de son corps
- d'un point de vue de la santé en général, puisqu'il est parfaitement admis que les techniques anti-stress agissent profondément sur de nombreux paramètres. Cela peut être sur le plan cardio-vasculaire, digestif, hormonal, etc..
- enfin, le massage est un magnifique accompagnateur pour les personnes désespérées, angoissées de la fin de vie qui s'approche. Le massage crée un lien, fait fuir le sentiment d'abandon, calme, motive et relance l'intérêt de vivre par le simple fait de programmer une parenthèse agréable dans leur quotidien.

Une formation orientée sur ces différents paramètres.

Notre école vous propose une formation, réservée aux professionnels pratiquant déjà le massage, ou bien aux Praticiens en massages de bien-être.

Cette formation s'inscrit aussi dans le parcours de Massothérapeute.

Elle a pour but de définir :

- les techniques utilisables
- l'adaptation des techniques et du toucher
- comment adapter ses postures, ses positions en fonction des personnes, des situations et du lieu
- l'approche et la communication

Un certificat de massage est remis à l'issue de la formation. Reconnu par la FFMTTR

FORMATION MASSAGE POUR SPORTIFS

Le massage du sportif est une des clefs de son entraînement.

Au delà des pathologies, de la rééducation fonctionnelle qui sont traitées par le médecin du sport, par le masseur-kinésithérapeute, ou bien des problèmes posturaux sur lesquels intervient l'ostéopathe, le **massothérapeute a une place entière chez le sportif.**

Préparer le sportif

La préparation du sportif comporte divers paramètres.

- Les préparations spécifiques à son sport qu'il effectue avec son entraîneur.
- Ou bien encore sa préparation alimentaire avec son nutrithérapeute.
- Il peut aussi effectuer sa préparation mentale avec son sophrologue ou coach mental.
- **Au delà de ces préparations indispensables, l'apport du massothérapeute va être d'une grande aide dans la recherche de performance du sportif.**

Réduire le stress, soulager le muscle

En effet, le massage sportif agit tant sur le stress mental que sur le stress musculaire.

Ainsi, par le massage, le sportif obtiendra un relâchement du mental, une libération des tensions nerveuses et musculaires procurées par les sensations agréables du massage. De fait, dénouer le muscle, le préparer à l'effort, permettre une meilleure récupération après l'action, fait partie du rôle du masseur.

**Apprenez les règles pour effectuer les massages adaptés
Soyez un partenaire indispensable.**

Devenez un véritable professionnel pouvant intervenir :

- Avant l'effort pour la préparation
- Pendant les échauffements pour une disponibilité immédiate
- Pendant les inter-épreuves pour maintenir le tonus tout en évacuant la surcharge
- Après le sport pour la récupération physique, mentale et restauration musculaire
- Par l'utilisation de techniques spécifiques
- En connaissant les huiles essentielles les plus adaptées
- Sachant adapter ses techniques à la demande, aux besoins
- Capable de programmer un suivi personnalisé pour un accompagnement de l'athlète
- ...

Cette formation est réservée aux professionnels du massage (Praticien en massages de bien-être, ostéopathe, kinésithérapeute ayant une expérience dans le massage de bien-être...)

Un certificat de formation reconnue par la FFMTR est remis à l'issue du stage.

MASSAGE IMPÉRIAL®

Dynamisant mental et énergétique

Créé en 1997 par Eric Darves-Bornoz, le **massage Impérial** est étudié pour relancer les **énergies de défenses et de combativité**, il s'inscrit parfaitement dans l'aide à apporter à une personne en souffrance psychologique : passage à vide, déprime, dépression, stress pour un entretien d'embauche, un examen, se relancer, etc...

Alliant les **techniques occidentales et orientales**, ce massage associe la douceur du massage relaxant et la puissance du massage chinois, le Massage Impérial va agir à différents niveaux afin de redonner une impulsion lorsqu'une dynamique est rompue.

Les techniques occidentales vont permettre un travail musculaire conduisant à un profond relâchement des tensions et à un lâcher prise émotionnel, nerveux, mental et musculaire. Ce travail particulier va permettre de libérer les mécanismes les ayant engendrés.

Les techniques orientales vont, quant à elles, débloquent certains points où l'énergie stagne et relancer celle-ci suivant les voies de distributions appelées méridiens, chargés d'acheminer l'énergie, le Qi, dans le corps.

Le massage va emprunter des trajets bien précis incluant le travail des **5 éléments et sollicitant plusieurs méridiens**, afin d'activer les énergies psychiques de l'équilibre, la stabilité, la digestion des soucis, la concentration, l'esprit de synthèse, la gestion du capital énergétique, la décision, le combat, la colère, le courage, etc...

En permettant de relâcher les tensions, en activant les énergies de **défenses, de combat, de volonté et de courage**, la personne retrouvera le **goût de la vie, l'envie d'action, l'envie d'agir, la confiance et la force**.

certificat de formation reconnu par la FFMTR

MASSAGE DU PHÉNIX IMPÉRIAL®

Restructurant mental et énergétique

Ce massage créé en 2017 par Éric Darves-Bornoz, est complémentaire au **Massage Impérial**, et va apporter une aide supplémentaire aux personnes vivant des situations difficiles, en particulier liées à un état de dépendance affective, amoureuse (parents, enfants, conjoints, situation, évènement...), ou, quand on se sent sombrer, que plus rien ne va.

Reprenant la même logique, le **Massage du Phénix Impérial** va alterner les techniques occidentales et les techniques orientales.

Un travail spécifique se fera sur les jambes pour dégager **l'étage du passé et ses mémoires**, ainsi que sur la sphère scapulo-humérale, et sur le muscle trapèze, pour dégager le poids et les tensions liés aux « lourdes charges que certains portent... »

Le tout puissant **TCHONG MO** sera traité. Considéré comme le contrôleur de l'énergie, du sang et du psychisme, ce méridien, **mer et mère de tous les méridiens** véhicule une énergie appelée **la Merveille**, qui suivant les textes anciens serait une part du **reflet du Divin en l'Homme**.

Le massage permettra une **harmonisation cœur, mental, reins**, au travers de la sollicitation des énergies **THAN**, l'initiative, le projet, le plan, le futur, l'espérance, le non-manifesté et **THIN**, le frein, la prudence, la réserve, le passé, les programmations issues du passé, la mémoire à connotation mentale et psychiatrique.

Seront intégrés la **moxibustion**, les **postures très confidentielles** des anciens arts martiaux et certaines **symboliques ancestrales**.

Le massage du Phénix Impérial, sert à débloquer, relancer les énergies stagnantes, les réunir dans un mouvement cohérent, restructurant dont l'objectif est de réveiller **la puissance mentale et énergétique** de la personne, afin qu'elle retrouve **son autonomie et sa liberté**.

Certificat de formation reconnu par la FFMTR

FORMATION MASSAGE ASSIS

L'institut vous propose une formation intensive sur 2 jours.

- Vous pratiquerez un massage exclusif d'une durée de 15 minutes, à la fois relaxant et dynamisant.
- Basé sur les techniques occidentales et orientales (AMMA, TUINA, COREEN), ce massage conduira au relâchement des tensions musculaires et nerveuses, en travaillant sur les contractures, en levant les blocages où l'énergie stagne et en relançant celle-ci suivant les méridiens.

Cette formation est matérialisée par une **attestation de stage**.

L'obtention du certificat nécessite une mise en situation :

- Une pratique de perfectionnement est organisée pour la vérification, la correction et la supervision du protocole, lors d'une mise en situation en public servant de validation. .

A l'issue, il vous sera conféré le

CERTIFICAT DE PRATICIEN EN MASSAGE ASSIS

Certificat reconnu par la Fédération Française du Massage
Traditionnel de Relaxation (FFMTR)

A QUI S'ADRESSE CES FORMATIONS?

- Toute personne physiquement capable de prodiguer un massage, désireux d'exercer dans un cadre amateur, familial, professionnel, au sein d'un club, centre de remise en forme, cabinet, hôtel, institut de beauté...
- Toute personne pratiquant la relation d'aide, l'accompagnement des malades, personnels soignants et tout thérapeute voulant associer cette pratique dans son travail.



TECHNIQUES DE COMMUNICATION ET DE GESTION DU STRESS

Pour pouvoir être plus performant dans son travail relationnel, le **massothérapeute doit maîtriser des techniques de communication et de gestion du stress.**

Il doit être capable d'agir sur certains leviers, à l'aide d'outils spécifiques, afin de pouvoir établir une communication sans parasitages émotionnels.

L'apport de la sophrologie

Cette formation intègre des techniques simples, efficaces et rapidement exploitables. Celles-ci permettront de pouvoir faire **baiss**er la « **pression** » chez des personnes trop chargées émotionnellement.

La PNL une aide à la communication

Nous vous transmettrons des techniques de Programmation Neuro-Linguistique, afin de détenir des **outils** permettant une meilleure communication avec votre client. De telle sorte, vous pourrez lever des freins, grâce à des techniques simples, immédiates.

Et plus encore...

Des pratiques complémentaires provenant de **techniques et de méthodes comportementales et cognitives** seront aussi abordées.

Cette formation vous permettra de pouvoir plus facilement :

- analyser des demandes d'accompagnement
- accompagner des personnes dans des libérations de charges émotionnelles
- analyser les impacts des protocoles utilisés

Programme :

- sophronisation de base. Les différentes étapes, les différents segments...
- tension rétention détente
- training autogène
- les systèmes de communication.
- les systèmes préférentiels
- la communication verbale, non verbale
- les micro et les macro comportements
- calibrage et position miroir
- techniques de l'Ours
- la distance thérapeutique
- la réduction phénoménologique
- la concentration phénoménologique
- l'ancrage PNL
- ...



Ce module fait partie de la formation de massothérapeute de notre école.

Un certificat de formation est remis à l'issue de la formation.

Formation reconnue par la FFMTR

FORMATION E-LEARNING

ANATOMIE-PHYSIOLOGIE

Cette formation est conçue pour vous permettre de vous familiariser avec les termes les plus couramment utilisés dans le massage.

Apprentissage des grandes structures du corps humain, les principaux os et muscles, les grandes fonctions, etc...

Des explications simples, ludiques, des schémas, des quiz vous permettront d'intégrer facilement et rapidement toutes les bases essentielles à une bonne compréhension et à une bonne pratique du massage.



GESTION D'UNE ACTIVITE DE BIEN-ETRE

Avoir toutes les clefs pour pouvoir créer son entreprise, la gérer et la développer.

Les explications simples, claires et structurées sur les différents statuts juridiques, fiscaux, sociaux, focus sur le micro-entrepreneur, la TVA, le chiffre d'affaire, calcul du seuil de rentabilité, de la marge, du taux de marge, de marque, le coefficient multiplicateur, les différentes aides financières, les actions commerciales à mener, etc..., vous permettront d'aborder sereinement votre avenir.

Pour valider ce bloc de compétences, vous devrez présenter un projet d'installation professionnel reprenant les divers éléments appris.

12 M

FORMATION SPA, MASSAGES DU MONDE



Notre école dispense une formation spécifique à la pratique au sein de structures particulières : Spas, Instituts, Centre spécialisés, en France ou à l'Étranger. Nos équipes de formateurs se déplacent au lieu de votre choix partout en France et dans le Monde.

Cette formation concerne les Groupes qui nous font la demande de former leurs personnels. Elle ne concerne pas les Particuliers.

Pour les Particuliers, l'équivalent de cette formation est la formation de base + les week-ends de la formation complémentaire, formations plus adaptées pour la pratique en cabinet et pour une clientèle régulière.

CLASSIC SPA™:

les grands classiques des massages dans les Spas: Pierres Chaudes, Balinais, Abhyanga: 6 jours + 3 journées de perfectionnement.
(Formation réservée aux personnes ayant effectué la formation Basic Spa, ou possédant une expérience du massage)

TRAVEL SPA™:

l'invitation au voyage, au rêve: Lomi-Lomi, Indien, Thaï à l'huile: 6 jours + 3 journées de perfectionnement.
(Formation réservée aux personnes ayant effectué la formation Basic Spa, ou possédant une expérience du massage)

GOLDEN SPA™:

des protocoles grand luxe, à la carte, dans la tradition des grands soins esthétiques, cosmétiques et Spas: Rose therapy, Hindu Essentiel Massage, Hot karité spa, Secret treatment ...
Durée en fonction des protocoles choisis.
(Formation réservée aux personnes ayant effectué la formation Basic Spa, ou possédant une expérience du massage, esthéticiennes)

BASIC SPA™:

l'apprentissage de base, indispensable pour pouvoir effectuer des prestations dignes d'un Spa: techniques de base; Massage des différents segments (dos, jambes, mains, pieds, abdomen thorax, nuque, crâne, visage),
Massage complet du corps: synthèse des techniques californienne et suédoise:
6 jours + 2 journées de perfectionnement.
(Formation ouverte aux débutants, pour qu'ils puissent rapidement exercer dans le Spa)

Cette formation est dans l'ordre logique d'apprentissage; cependant, chaque module peut être enseigné indépendamment, ainsi que chaque composant du module. Le calendrier (déroulement, programmation) sera planifié en fonction des desiderata des Spas et des disponibilités de l'Institut.

Nous contacter pour les grilles tarifaires.



RITUEL SPA ROSE THERAPY™

Le rituel 100% naturel, 100% féminin, 3 fois primé à l'International !



En partenariat avec CV Primary Essence, l'Institut Hypoténuse vous propose des rituels spa très innovants : **Rose Therapy**, **Hindu Essentiel Massage** et **Hot Karité Spa**. Ces protocoles sont impérativement liés à des produits spécifiques, élaborés pour ces méthodes exclusives que vous vous procurerez en commandant le pack complet auprès de notre secrétariat.

Le concept de la Rose Therapy permet de se former très rapidement de **2 façons** :

- **Chez soi** et à son rythme : grâce au DVD de formation et au fascicule avec texte et photos du protocole contenus dans le pack avec les produits.

En général, une journée d'apprentissage suffit pour intégrer cette méthode qui s'adresse principalement aux personnes sachant déjà masser (esthéticiennes, masseuses, etc.).

- **En stage** : en participant à la journée de formation programmée à différentes dates au cours de la saison, dans plusieurs villes de France (la vidéo et fascicule sont aussi inclus dans le pack).

Vous pouvez aussi, vous former chez vous grâce à la vidéo et effectuer le stage par la suite.



Les principes de la Rose Therapy

La Rose Therapy est un traitement intégral qui s'effectue avec des produits 100 % naturels, permettant l'obtention d'un état de bien-être et d'harmonie. Cette méthode unique, combine l'utilisation de produits 100 % naturels avec des techniques manuelles bien spécifiques, ainsi que l'utilisation de minéraux (lithothérapie: utilisation des propriétés des pierres et cristaux).

- Réflexologie faciale basée sur la méthode vietnamienne du Dien Cham
- Massage réflexe corporel
- Réflexologie vertébrale du tracé des polygones
- Etirements abdominaux, issus de l'ostéopathie
- Points de réflexologie associée à l'aromathérapie
- Quartz roses

La Rose Therapy utilise le joyau de l'aromathérapie: l'Absolu de Rose de Bulgarie, une huile à l'arôme unique et exquis qui revigore et fortifie le corps afin de rétablir rapidement l'équilibre émotionnel.

Lors du salon professionnel international de Hong Kong, la revue Sister Beauty Pro a décerné l'AWARDS 2013 de la meilleure huile essentielle pour notre Absolu de rose !



Les bienfaits de la Rose Therapy

Cette méthode est exclusivement destinée aux femmes, y compris en période de ménopause, en raison de l'Absolu de Rose, qui entre en résonance avec la féminité et présente des propriétés en accord avec les hormones féminines.

La Rose Therapy agit aussi bien au niveau mental que corporel, sur les systèmes lymphatique, immunitaire, et digestif, et bien entendu au niveau dermique. C'est un traitement antirides et régénérant facial. Il a une action dépurative d'élimination des toxines et agit sur le bon fonctionnement intestinal. Il est d'une grande aide dans les traitements amaigrissants grâce à son action sur l'anxiété.

Au niveau mental, cette méthode permet l'obtention d'un état de relaxation et de bien-être absolu. Une harmonie et un renforcement du corps et de l'esprit conduisant à un meilleur équilibre de l'organisme. Une aide très efficace contre la tristesse et la mélancolie.

La Rose Therapy aidera aussi les femmes confrontées à des états émotionnels de type peine, culpabilité, mécontentement, tension nerveuse. Ce rituel s'adresse exclusivement aux personnes sachant déjà masser.



INSTITUT HYPOTÉNUSE :

UNE RÉFÉRENCE EN ÉCOLE DE MASSAGE

L'Institut Hypoténuse est l'une des plus anciennes écoles de France, avec plus de **25 ans d'enseignement**.

Au 1er septembre 2022, plus de 3000 masseurs ont été formés par notre école.

Reconnus par la profession, nous dispensons des formations au massage dans toute la France, à Paris, Nantes, Bordeaux, Toulouse, Fréjus, Lyon, Dom-Tom, ainsi qu'à l'étranger.

Des cours de massage de qualité professionnelle

Première école en France à avoir initié une formation complète de praticien en massage de relaxation, notre expérience et nos innovations (première école à avoir intégré un module d'aromathérapie dans la formation de massage, création de plusieurs protocoles de massage et de rituels spa, conception de matériels spécifiques, etc.) ont fait de nous une référence dans le métier.

A notre connaissance, nous sommes la seule école à avoir repensé toutes les techniques, les gestuelles et les postures dans un souci d'énergétique pour le bien-être de nos élèves et pour les préserver dans leur pratique professionnelle, grâce à l'adaptation dans le cadre du massage de 40 ans de pratique des arts martiaux et de l'énergétique par notre directeur

Afin de s'assurer de la qualité des cours dispensés, tous nos formateurs sont des anciens élèves qui ont suivi l'ensemble de nos programmes, ont reçu l'enseignement de notre formation spécifique de formateurs et ont exercé un minimum de deux années comme praticien avant d'être acceptés. Notre équipe est donc à même de pouvoir transmettre avec rigueur et professionnalisme les directives exigeantes du directeur de l'école. Cela permettant aussi, en plus de l'aspect technique, de pouvoir retransmettre les valeurs de l'Institut et un certain état d'esprit. Au-delà d'un savoir-faire, un certain savoir-être...

Une école de formation reconnue

Seule école à pouvoir délivrer légalement le titre de Praticien en massages bien-être

Nous sommes membres de la Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation (FFMTR), dont notre directeur, Eric Darves-Bornoz est co-fondateur, en compagnie de Bertrand Michaut (praticien de massage), du Dr Arnaud Cocaul (spécialiste des troubles du comportement alimentaire et de la nutrition, chef de service à la Salpêtrière) et du Dr Daniel Penoël (spécialiste mondial de l'aromathérapie, auteur de L'Aromathérapie exactement).

Notre école a reçu la certification qualité ISO 9001 en centre de formation de massage traditionnel de relaxation. Cette certification est délivrée par un organisme certificateur indépendant qui vérifie toutes les procédures mises en place pour assurer la qualité de notre école.

Nous avons été certifiés par le LRQA et par DEKRA, organismes certificateurs internationaux. Nous avons validé cette certification qualité de notre système de management pendant 6 ans.

Nous sommes référencés **DATADOCK**, et maintenant validé dans le référentiel national QUALIOPI plus adapté à la législation française et permettant la prise en charge de nos formations par les organismes financeurs.

En 2014, notre école a reçu la distinction **QUALITE MASSAGE ECOLE** pour le respect des critères qualité, des procédures mises en œuvre, de son enseignement, et du nombre de ses formateurs labellisés **Qualité Massage Praticien**.

Nous formons des particuliers ou des professionnels, Des formations ont lieu sur demande dans tous les Dom-Tom, ainsi qu'à l'Étranger.

De nombreuses sociétés font appel à nos masseurs pour des prestations sur l'ensemble du territoire national, et nous intervenons fréquemment sur de grands événements, salons ou au profit de grandes sociétés.

ENGAGEMENT QUALITE

Afin d'assurer la qualité de l'enseignement, sa bonne compréhension et sa bonne pratique, toute personne ayant effectué une formation de l'Institut peut revenir à titre gratuit comme observateur pour tout ou partie de cette formation, autant de fois qu'il le désire sans limitation dans le temps

Conformément à notre engagement qualité, notre école est référencée **DATADOCK**, **QUALITE MASSAGE ECOLE** et **QUALIOPI**.

VIDEO : Depuis avril 2011, les techniques enseignées (filmées en vidéo), sont accessibles gratuitement pour les élèves sur Internet par code privé. Ainsi les apprentissages, les révisions, les remises à niveau, les corrections sont immédiatement disponibles pour les élèves en formation comme pour les anciens élèves.

LE PLUS DE L'ÉCOLE :

- Un partenariat privilégié a été conclu avec une société de massage proposant des prestations sur tout le territoire national pour des particuliers, société, et hôtels de grand luxe ; les masseurs de l'Institut peuvent ainsi exercer rapidement après leur formation, en fonction de leurs compétences
- Forte de 25 années d'expérience, notre école est connue, et de nombreuses sociétés, spas, centres de massage font appel à nos anciens élèves pour leur proposer du travail. Nous retransmettons à chaque fois les demandes à l'ensemble de notre fichier élèves.
- Tous nos anciens élèves peuvent figurer gratuitement sur notre site en page "Trouver un masseur", permettant de profiter du référencement de l'école pour se faire connaître.

FORMATEURS

Éric DARVES-BORNOZ, directeur de l'Institut, qui est secondé de :

- Margareth RONDOF à Toulouse , Pierre CHATENAY , à Lyon
- Caroline FRANCHETEAU (responsable régionale) à Lyon , Toulouse
- Isabelle TREHOREL (responsable régionale), Anthony NAULLET à Nantes et Bordeaux
- Linda NACARLO, Florence RENARD à Bordeaux
- Sophie FORCE (responsable régionale) , Karine ANGOULEVANT à Paris
- Lucie MENARD, Laetitia COCHIN à Fréjus



ÉRIC DARVES-BORNOZ

Depuis plus de 40 ans, Eric DARVES-BORNOZ, a axé sa recherche sur la connaissance de soi : les arts martiaux, le hatha yoga, le tai chi chuan, le Qi gong, le Jise do, les thérapies comportementales, les élixirs floraux, l'aromathérapie, la P.N.L.

Voulant faire partager son expérience et désireux de voir des professionnels compétents et rigoureux, il crée, voilà 20 ans, l'**Institut Hypoténuse**.

Il est Co-fondateur et 1er vice-président de la Fédération Française du Massage Bien-être (FFMBE) pendant plusieurs années,

Co-fondateur de la Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation (FFMTR), et Vice-Président depuis sa création, il travaille à la reconnaissance de la profession, participe à sa certification ISO 9001

ont jalonné son parcours à la recherche du bien-être.

Ceinture noire 5^{ème} Dan de karaté, 2^{ème} Dan de Kyusho-Jitsu, titulaire du Diplôme d'Instructeur Fédéral, il enseigne les Arts Martiaux dans le sud de la France

Formé en sophrologie dès 1988, il est Master-spécialiste en sophrologie caycédienne et participe à la diffusion de la sophrologie en France par le biais de l'Institut et par sa participation à la préparation du 2^{ème} symposium national des sophrologues.

Parcourant le monde, son chemin le met en relation avec de nombreux masseurs traditionnels de cultures différentes, en Polynésie, Océan Pacifique, Océan Indien, Afrique, Caraïbes, Amérique du sud, partageant à diverses reprises plusieurs mois de vie en pleine forêt amazonienne au contact de diverses tribus indiennes et des piroguiers Bosh et Boni.

Sa recherche de la compréhension des énergies le conduit à apprendre le massage occidental et traditionnel chinois dans diverses écoles dont celle le Léandre Cochetel.

Masseur dans de grands hôtels et pour des personnalités politiques ou du spectacle, il axera son effort sur la recherche de la qualité pour exercer dans ces milieux.

Massant en milieu rural et urbain, confronté à des clients en souffrance. Il approfondit sa recherche sur le corps et sa relation avec le psyché, et crée le Massage Impérial, pour aider à combattre la dépression, puis le Massage du Phénix Impérial

Après de nombreuses années de travail c'est l'obtention d'un **titre RNCP** reconnu par l'État.

Acteur actif depuis plus de 20 ans pour la reconnaissance du massage, il est à l'origine de nombreuses actions. Les démarches effectuées auprès du Cabinet du Président de la République, du Ministre de la Santé, du Ministre du Travail, de la DGOS avec le Président de la FFMTR, Bertrand MICHAUT, ont grandement contribué à ce que le massage puisse être effectué par des personnes non masseur-kinésithérapeutes.

Cela s'est traduit par la modification du Code de la Santé Publique, le 26 janvier 2016, précisant que le massage peut être effectué par tous.

Si l'apprentissage théorique et technique est primordial dans son enseignement, la formation fait une large place à l'attitude phénoménologique propre à découvrir et faire émerger nos profonds sentiments de vie.

Conférencier, animateur de nombreux débats, consultant international en création de concepts Spa, de protocoles de massages, et de matériels spécifiques au massage, Eric Darves-Bornoz est l'auteur de plusieurs articles dans la presse.

Son engagement au service de l'ONU dans diverses missions au Proche Orient se traduira par l'obtention du Prix Nobel de la Paix 1988 remis à titre collectif.

Son engagement au service de la France dans diverses parties du Monde sera récompensé par l'attribution de la Médaille Militaire par décret du Président de la République.

Caroline FRANCHETEAU



Après 25 années passées dans diverses formes de communication et de relation d'aide, Caroline FRANCHETEAU élargie encore ses champs d'action en se formant à la micro ostéopathie, avec la méthode Poyet, puis devient conseillère

en fleurs de Bach (élixirs floraux).

Développant de plus en plus la communication non verbale, elle s'oriente vers les techniques du

massage traditionnel afin de retrouver l'essence même du toucher.

Sa rencontre avec l'Institut Hypoténuse, lui permettra d'explorer le chemin du massage, et de pouvoir relier toutes les diverses approches qui ont jalonné sa vie.

Après avoir effectué l'ensemble des formations dispensées par l'Institut, elle exerce plusieurs années avant de rejoindre l'équipe enseignante, dont elle assure la responsabilité sur la région lyonnaise, à St Nazaire et en Bretagne.

Formatrice itinérante spécifique de l'Institut, elle enseigne sur tout le territoire national ainsi qu'à l'Etranger.



Karine ANGOULEVANT

Après une carrière de 15 années dans l'univers des Ressources Humaines, Karine a décidé d'accompagner les personnes autrement.

Elle a fait le choix d'exprimer sa sensibilité aux autres par des techniques liées au toucher, et à la communication douce au travers de l'expression corporelle. Elle a suivi l'ensemble des formations en massages sur table et massage Assis au sein de l'Institut Hypoténuse.

Elle pratique depuis 2009 en cabinet de massages bien-être mais aussi en intervenant auprès d'un public varié comme les personnes âgées en EHPAD ou à titre bénévole au sein de la Ligue contre le Cancer.

Elle associe depuis 2015 à cette activité une pratique de la méditation en pleine conscience. Elle a, depuis 2017, enrichi ses capacités d'accueil, d'écoute et de prise en charge en devenant praticienne en Hypnose Ericksonienne.

Elle dirige les formations sur Paris en alternance avec Sophie.



Isabelle TREHOREL

Professionnelle du massage et du thermalisme, Isabelle travaille en Thalassothérapie depuis plusieurs années



Après plusieurs années d'expériences diverses à l'étranger, en club et en hôtellerie, au soleil et dans les bureaux, Isabelle a rencontré le monde du bien-être, des massages et des thérapies naturelles en Italie où elle vécut plusieurs années. A son retour en France, elle se forme au massage avec l'école Hypoténuse.

Professionnelle reconnue et appréciée de la thalassothérapie de Quiberon depuis 2014, elle évolue avec une clientèle internationale diverse et variée (artistes, industriels, personnes couronnées, politiques, sportifs...), et met son expérience à leur service avec le constant souci de mettre de l'humain au cœur de sa pratique. Isabelle continue à être formée à différents types de massage et de thérapies au sein de son établissement.

Depuis 2016, elle se forme en Iokai Shiatsu (zen shiatsu de Mazunaga) afin d'aiguiser son écoute intuitive, et explorer ainsi de nouveaux horizons. Après avoir effectuée la formation de formatrice de l'Institut Hypoténuse, elle assure les formations à Nantes et Bordeaux.

Margareth RONDOP



Après 11 années passées dans le milieu hospitalier, Margareth RONDOP, s'oriente vers le massage pour vivre une autre approche dans sa relation à l'autre.

Voulant parfaire ses connaissances en massage, elle se tourne vers la formation de l'Institut Hypoténuse, afin d'avoir un apprentissage structuré des gestes qu'elle applique déjà.

Masseuse de terrain, Margareth forte de sa réputation à Toulouse, devient la masseuse du Grand Hôtel de l'Opéra, place du Capitole, et intervient au Crown Plaza Hôtel, les 2 plus grands hôtels de Toulouse.

Sa renommée la conduit tout naturellement à devenir la masseuse des stars (même si ce qualificatif ne lui plaît que moyennement) et beaucoup d'artistes, de sportifs, ou des personnalités se succèdent pour bénéficier de ses massages.

Dany Boon, Marianne Faithfull, Fabrice Santoro, Dany, Michèle Laroque, Gérard Jugnot, Nagui, Lio, entre autres, seront ses clients privilégiés.

Intervenante spécialisée dans des établissements de luxe, Margareth est souvent sollicitée pour mettre en place des protocoles de soin esthétiques ou de massage dans divers centres de beauté, instituts et hôtels en France comme à l'Etranger.

L'Elysium Hôtel de Chypre lancera ses prestations de massage avec l'aide du professionnalisme de Margareth.

Après des années de pratique, Margareth rejoint l'équipe enseignante de l'Institut, et assure la responsabilité de la formation sur Toulouse et le Sud-Ouest.

Comme toutes les autres formatrices de l'Institut Hypoténuse, Margareth exerce sa profession de masseuse à temps plein.



Sophie FORCE

Pratiquante de Qi-gong et de Tai chi chuan en plus de ses activités physiques régulières, Sophie intègre dans son cursus personnel et professionnel l'énergétique chinoise depuis des années au côté de son compagnon de vie, médecin acupuncteur, qu'elle assiste depuis 1994.

Elle étudiera plus spécifiquement la diététique chinoise, puis l'acupuncture à partir de l'an 2000.

Formée en naturopathie à l'institut Alain

Rousseau en 1992 et 1993, elle y découvrira une approche du massage, qu'elle concrétisera plus tard par une formation auprès de l'institut Hypoténuse.

Praticienne de terrain, Sophie Force, apporte une connaissance rigoureuse des concepts de l'énergétique chinoise dans son approche holistique de l'être humain, qu'elle met en pratique aux travers de ses diverses formes d'activités.

Passionnée de pêche sportive à la truite sauvage, Sophie aime la marche et les longues randonnées en montagne.

Sophie assure les formations parisiennes en alternance avec les autres formateurs parisiens.





Pierre CHATENAY (Lyon)

Pierre a commencé son parcours d'étudiant en validant licence et master dans la finance et la direction d'entreprise. Parallèlement à ça, il a développé une passion qu'il nourrit encore aujourd'hui : le sport. Et c'est par cette porte qu'est la sphère corporelle, musculaire et squelettique que Pierre a fait son entrée dans le monde du massage pourtant fort éloigné de ses études du quotidien.

D'abord dans le camp des personnes dites très « terre-à-terre », c'est en observant les réactions physiques, physiologiques et émotionnelles de ses collègues de promo suite aux massages faits et reçus que ses nouveaux chemins professionnel et personnel prirent tous leurs sens.

Et puis, il aura fallu quelques années pour qu'il s'en sente légitime mais Pierre sentait déjà en son fond et dès son adolescence qu'un jour « il transmettrait ». C'est ainsi qu'après sa formation au sein de l'Institut Hypoténuse, Pierre devient formateur à Lyon.

S'il est devenu formateur à l'Institut Hypoténuse, c'est pour ses convictions dans ce domaine, et aussi pour son aptitude à percevoir en fonction des systèmes de compréhension propre à chacun.

Ne vous fiez pas à son apparence un peu froide et trapue. Vous verrez vite que Pierre répond à des qualités de prévenance et de douceur surprenantes ! Il apprendra et se souviendra de chacun de vous.

Aujourd'hui il se forme en Chi Nei Tsang, CNV, BioRespiration et thérapie des mémoires cellulaires.

Anthony NAULLET (Nantes, Bordeaux)

Commençant sa carrière professionnelle dans la restauration (cuisinier puis serveur), il la continue dans un tout autre domaine, l'industrie dans une entreprise de menuiserie industrielle.

Après avoir passé 20 ans dans cette entreprise et avoir occupé divers postes, d'animateur d'équipes à Superviseur d'atelier en passant par le service qualité, il a voulu exercer un travail qui lui correspondait plus, qui lui permettait d'être en contact avec les gens en leur apportant l'écoute et le bien-être dont ils ont besoin.

Il a alors décidé d'intégrer l'Ecole Française de Massage, l'Institut Hypoténuse, qui lui propose d'être formé au métier de Praticien en Massages de Bien-être. Puis, il continue pour devenir Massothérapeute. Ce temps de formation, lui a également permis de découvrir de nouvelles pratiques, qu'il commence à approfondir comme l'aromathérapie, la médecine traditionnelle chinoise, etc...

En parallèle, il ouvre un cabinet dans la ville où il habite pour prodiguer les différents massages qu'il a appris et se déplace dans les entreprises pour pratiquer le massage assis.

Pour se maintenir en forme, il marche, il fait de la course à pied et diverses activités sportives.





Lucie MENARD (Fréjus)

Après 10 années en tant qu'infirmière, Lucie décide de prendre soin des autres d'une autre manière.

Ayant l'habitude de masser son entourage depuis son adolescence, c'est tout naturellement qu'elle se tourne vers le massage.

Passionnée de voyage et de grand air, c'est un périple au Pérou qui la confortera dans son choix.

Elle intègre alors l'institut Hypoténuse, où elle acquiert aux côtés de Eric Darves-Bornoz toute la technicité des massages.

C'est lors de cet apprentissage qu'elle prend également toute la mesure de ce qu'il est possible d'apporter à l'autre à travers le massage.

Elle commence par exercer à domicile avant d'ouvrir avec une amie hypnothérapeute un cabinet bien être, regroupant différentes praticiennes en médecines douces. Elles y travaillent en lien les unes avec les autres.

A la demande de sa direction hospitalière, elle exerce le massage auprès de ses collègues.

Sa connaissance du corps humain, par sa pratique d'infirmière, l'ont également amené à travailler sur prescription médicale sur des patients douloureux chroniques afin de les soulager, non seulement à travers le massage mais aussi des techniques de PNL apprises durant le cursus de Massothérapeute.

Elle concrétise ainsi l'un des buts qui l'avaient poussée vers cette formation.

Aujourd'hui, elle continue son cheminement dans le milieu du bien être en s'initiant au yoga et à la méditation."



Laëtitia COCHIN (Fréjus)

Après 15 ans passés dans la Communication et le Journalisme, Laëtitia réalise qu'il est grand temps de rallumer les étoiles et revenir à son essentiel, un métier passion dans lequel elle se sent heureuse et utile à l'être humain.

Elle réalise donc sa reconversion professionnelle au sein de l'Institut Hypoténuse à Fréjus où elle obtient son titre de Praticien Massage Bien-être.

Elle exerce à son compte dès la sortie de l'école, chez les particuliers à domicile, dans les Hôtels et établissements touristiques du Var, et en saison d'été sur une plage privée en tant que Praticien Masseuse Bien-être.



Ces expériences professionnelles lui permettent de rapidement avoir un rythme soutenu et l'endurance pour vivre de son métier qu'elle exerce à plein temps.

Elle aime transmettre l'idée que le plus important quand on pratique ce merveilleux métier, c'est l'intention que l'on va donner à son massage.

Florence RENARD (Bordeaux)

Florence a travaillé longtemps en entreprise dans l'assistanat de direction. Déjà à l'écoute des gens elle se forme aux massages et devient titulaire du titre RNCP Praticien en massage de bien-être.

Elle travaille aujourd'hui à son compte dans un espace dédié, à domicile et également pour des prestations en chambres d'hôtes et châteaux de luxe au contact d'une clientèle internationale.

Elle intègre ensuite la formation de formateurs de l'Institut Hypoténuse pour devenir formatrice sur la région de Bordeaux

Florence aime partager, dans la bonne humeur et valoriser les acquis de chacun.



Linda NACARLO (Bordeaux)

Après 25 ans de carrière dans la restauration et l'hôtellerie de plein air sur le territoire français, c'est pour s'occuper de sa santé que Linda s'est naturellement dirigée vers le bien-être par le massage.

Après une approche ayurvédique du massage auprès de sa praticienne, professionnaliser cette passion devient une évidence.

Pour combler le besoin d'acquérir une technique sûre et fiable, Linda a reçu l'ensemble de sa formation de praticienne auprès de l'institut hypoténuse.

Linda pratique au sein de son cabinet individuel et également au sein d'un centre regroupant différents praticiens et thérapeutes (psycho praticiens, hypnothérapeutes, naturopathes...).

Ses expériences en tant que manager et coach chorégraphe dans le sport de haut niveau l'animent à vouloir transmettre ses connaissances avec passion et bienveillance.

CHARTRE ÉTHIQUE PROFESSIONNELLE

Notre école, membre fondateur de la Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation (FFMTR), adhère à cette charte éthique professionnelle, et demande à ses élèves de s'y conformer.

Pour se conformer à l'éthique professionnelle, le Praticien, quelles que soient les techniques de massage de relaxation utilisées, doit s'engager sur l'honneur à :

- Exercer sa profession légalement d'un point de vue administratif, en adoptant un statut juridique approprié (libéral, société, portage salarial, association...) et en ayant souscrit au minimum une assurance responsabilité civile professionnelle;
- Exercer sa profession dans le respect de la dignité de la personne et respecter une stricte confidentialité;
- Respecter le droit à la pudeur de son client en se conformant aux normes de la décence tant dans la pratique que lors du déshabillage et rhabillage du client et en n'exigeant en aucun cas la nudité;
- S'interdire d'utiliser toute pratique et/ou technique qui dépasserait le cadre de la relaxation et du bien-être, c'est-à-dire, les pratiques à visées médicales, paramédicales, kinésithérapeutiques, sexuelles;
- Respecter les règles d'hygiène: personnelle, vestimentaire et de tout le matériel utilisé;
- S'interdire d'utiliser toute pratique et/ou technique hors de ses compétences, de ses aptitudes et des moyens dont il dispose;
- S'interdire de masser toute personne se déclarant malade, blessée, ou suivant un traitement médical, sans l'accord de son médecin traitant, référent, spécialiste ou tout autre professionnel de santé dûment qualifié;
- Ne jamais poser de diagnostic sur l'état de santé du bénéficiaire et ne critiquer en aucun cas le diagnostic de professionnels de la santé, et, quand cela est nécessaire, diriger le client vers l'un de ceux-ci;
- Avoir une parfaite connaissance des produits utilisés, de leurs modes et conditions d'utilisation lors de la pratique du massage;
- S'interdire d'exercer son art dans un état, dans des circonstances ou dans des lieux susceptibles de compromettre la qualité, la sécurité et la dignité de la profession;
- Être honnête dans toute représentation, publicité ou autre démarche quant à sa profession et son domaine d'application ainsi que son champ de compétence;
- Expliquer clairement, à ses clients en faisant la demande, la situation du massage de relaxation en France, ainsi que les techniques utilisées;
- Fixer ses tarifs avec tact et mesure, équitablement, tant pour le client que pour le praticien;
- Exercer sa profession en respectant les croyances, politiques, religieuses ou philosophiques et en excluant toute forme de prosélytisme;

Sites de formation de massage en France métropolitaine :
Paris-Nantes-Toulouse-Lyon-Bordeaux-Fréjus

Outre-mer (suivant demande) :
Martinique, Guadeloupe, Nouvelle Calédonie, La Réunion, Tahiti

Partenariats :
Espagne, Algérie, Maroc, Argentine, Paraguay, Brésil, Uruguay

Adresse, contact :

INSTITUT HYPOTENUSE
146 Boulevard de Bazeilles
83480 Puget sur Argens

e-mail : edb@ecole-formationmassage.com

Secrétariat : +33 (0)9 83 99 26 37

Directeur : +33 (0)6 60 69 88 85

www.ecole-formationmassage.com

