

# FORMATIONS AQUAMUSIQUE

## AQUAMASSAGE PLP

### *MASSAGE AQUATIQUE EN EAU SONORISEE*

Durée : Trois jours

Nombre de participants : 10 personnes maximum

#### **OBJECTIF :**

Permettre aux spas praticiens de comprendre et de maîtriser tous les éléments de l'AQUAMASSAGE PLP. La relaxation profonde qu'il produit avec une facilité inégalée, à ce jour, permet aux exploitants des spas de positionner leurs établissements comme une référence dans le traitement de la pathologie du stress. Egalement inclus : Acquérir les bases de posture et de prévention vertébrale pour éviter la survenue du mal de dos et de troubles musculo squelettiques.

#### **FORMATEUR :**

##### **PATRICE LE PIHIVE**

Clientèle internationale Saint Tropez, Paris, Saint Barth

MASSEUR-KINESITHERAPEUTE-OSTEOPATHE

LICENCIE EN PSYCHOLOGIE CLINIQUE, PARIS 7

FORMATEUR A ITMP, A L'ONREK ET AU CEFIPS

CO-CONCEPTEUR ET ANIMATEUR DU PROGRAMME NATIONAL DE PREVENTION » MTONDOS »

[www.patrice-massageformation.com](http://www.patrice-massageformation.com)

Numéro de Formateur : 11 75 48930 75

83310 COGOLIN

# **PROGRAMME**

## **JOUR 1/ Matinée**

### **1-Compréhension du concept et du protocole d'AQUAMUSIQUE et d'AQUAMASSAGE PLP**

#### **Evaluation des intervenants**

Utilisation du matériel d'AQUAMUSIQUE

Accueil-mise en confiance du client

Bilan et contre-indications

Principe de l'Aqua-musicothérapie. Notion sur la sensibilité musicale individuelle.

Préparation respiratoire hors de l'eau.

Mise en place du client et du praticien

## **JOUR 1/ Après-midi**

### **2-Révision de l'anatomie et de la biomécanique du corps humain hors de l'eau**

**(UTILISATION D'UN LOGICIEL 3D D'ANATOMIE)**

#### **LE DOS :**

##### **1-La colonne vertébrale et les différentes couches musculaires du dos**

**Mobilité articulaire de chaque étage vertébral, limites d'amplitude**

**Anatomie du bassin**

##### **2-Techniques de massage à sec**

**3-Techniques de massage et de mobilisation dans l'eau, adaptation fluide des techniques de massage et d'étirement dans tous les plans**

**Massage tissulaire profond dans l'eau**

##### **4-Repérage des trajets et des points d'énergétique du dos à sec**

5-Massage énergétique dans l'eau

## **JOUR 2/ Matinée**

### **EXERCICES DE PREVENTION POSTURALE**

REVISIONS JOUR 1 DANS L'EAU

#### **EPAULE ET MEMBRE SUPERIEUR**

1-Anatomie et biomécanique du membre supérieur-Mobilité articulaire, limites d'amplitude

2-Techniques de massage à sec

3-Techniques de massage et de mobilisation dans l'eau, adaptation fluide des techniques de massage et d'étirement dans tous les plans - Massage tissulaire profond dans l'eau

4-Repérage des trajets et des points d'énergétique du membre supérieur à sec

5-Massage énergétique dans l'eau

## **JOUR 2/ Après-midi**

#### **NUQUE**

1-Anatomie biomécanique de la colonne cervicale - Mobilité articulaire, limites d'amplitude

2-Techniques de massage à sec

3-Techniques de massage et de mobilisation dans l'eau, adaptation fluide des techniques de massage et d'étirement dans tous les plans

Massage tissulaire profond dans l'eau

4-Repérage des trajets et des points d'énergétique de la nuque à sec

5-Massage énergétique dans l'eau

#### **MEMBRE INFERIEUR**

1-Anatomie biomécanique du membre inférieur - Mobilité articulaire, limites d'amplitude

2-Techniques de massage à sec

3-Techniques de massage et de mobilisation dans l'eau, adaptation fluide des techniques de massage et d'étirement dans tous les plans - Massage tissulaire profond dans l'eau

4-Repérage des trajets et des points d'énergétique du membre inférieur à sec

5-Massage énergétique dans l'eau

### **JOUR 3 /Matinée**

#### **EXERCICES DE PREVENTION POSTURALE**

REVISION JOUR 2 DANS L'EAU

#### **ABDOMEN ET THORAX**

1. Anatomie biomécanique de l'abdomen et du thorax - Mobilité articulaire, limites d'amplitude

2-Techniques de massage à sec

3-Techniques de massage et de mobilisation dans l'eau, adaptation fluide des techniques de massage et d'étirement dans tous les plans - Massage tissulaire profond dans l'eau

4-Repérage des trajets et des points d'énergétique du membre inférieur à sec

5-Massage énergétique dans l'eau

6-Techniques viscérales

### **JOUR 3/ Après-midi**

#### **CRÂNE ET VISAGE**

1-Anatomie biomécanique du crâne et du visage - Mobilité articulaire, limites d'amplitude

2-Techniques de massage à sec

3-Techniques de massage et de mobilisation dans l'eau, adaptation fluide des techniques de massage et d'étirement dans tous les plans

4-Repérage des trajets et des points d'énergétique du crâne et du visage à sec

5-Massage énergétique dans l'eau

6-Techniques crâniennes

## **PHASE DE REVEIL**

- 1- Postures de recentrage à sec**
- 2- Postures de recentrage dans l'eau**
- 3- Massage dynamisants à sec**
- 4- Massage dynamisant dans l'eau**

## **VERBALISATION ECOUTE FINALE**

**Bien conclure la séance d'Aquamassage PLP**

**Vérification et validation des acquis de chaque stagiaire :**

**REALISATION DU PROTOCOLE COMPLET DANS LA DUREE IMPARTIE DE TRENTE MINUTES**

**ATTESTATION DE STAGE « AQUAMASSAGE PLP »**