



**SPE 04**

# MASSAGE THAÏLANDAIS



Dernière mise à jour : 29/01/2026  
Organisme de formation certifié Qualiopi

- 1 / 7 -

# SOMMAIRE

---

- 1. Informations générales et Équipe**
- 2. Public concerné et prérequis**
- 3. Objectifs, compétences et aptitudes**
- 4. Moyens pédagogiques et techniques**
- 5. Déroulement de la formation**
- 6. Modalités d'évaluation et sanctions**
- 7. Accessibilité et Inclusion**
- 8. Indicateurs de résultats**
- 9. Matériel nécessaire**
- 10. Tarifs et délais**
- 11. Débouchés**



## 1. Informations générales et Équipe

<b>Intitulé</b>	<b>Massage Thaïlandais</b>
<b>Code Formation</b>	SPE 04
<b>Modalité</b>	<b>PRÉSENTIEL</b>
<b>Format</b>	<b>COLLECTIF</b>
<b>Durée totale</b>	3 jours (21 h)
<b>Capacité</b>	De 2 à 6 pers.

### ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE (QUALIFICATION) :

**Cindy Philippe** : *Praticienne en massages de bien-être, en massages énergétiques chinois, ainsi qu'en Médecine Traditionnelle Chinoise. Elle accompagne au bien-être global et notamment énergétique.*

## 2. Public concerné et prérequis

- Aucun prérequis aussi bien en termes d'expérience, de compétences que de diplômes / certificats / titres.
- Accessible à toute personne majeure et ne présentant pas de contre-indication médicale le jour de la formation.

## 3. Objectifs, compétences et aptitudes

### Les objectifs visés sont les suivants :

Ce module de formation s'adresse aux professionnels en massages de bien-être en devenir ou déjà installés.

Il consiste en l'acquisition des connaissances relatives au massage thaïlandais de 60 minutes, aussi bien en termes de techniques que de bienfaits et de contre-indications.

Pratiqué sur table et adaptable au sol sur futon, le massage thaïlandais est une véritable séance de "yoga passif". Le praticien utilise son poids du corps pour effectuer des étirements profonds et des pressions sur les lignes d'énergie (Sen). Cette technique libère les articulations, améliore la souplesse et relance la circulation énergétique globale dans tout le corps.

### Les compétences et aptitudes visées sont les suivantes :

- Accueillir un client et lui proposer une séance adaptée ;
- Identifier les contre-indications et formuler les bienfaits spécifiques de la pratique, ainsi que la théorie propre à la

pratique ;

- Exécuter le protocole de massage thaïlandais de 60 minutes et le restituer de manière hygiénique et sécuritaire, aussi bien pour le praticien que pour le client ;
- Adapter sa technique, son rythme et sa pression en fonction des besoins et attentes du client.

## 4. Moyens pédagogiques et techniques

**Les moyens pédagogiques sont les suivants :**

- Pratique des entretiens sous la forme de « jeux de rôles » avec les autres stagiaires ou le formateur.
- Méthode d'enseignement active et participative.
- Pratique des massages en binôme avec un autre stagiaire, ou sur un modèle si nécessaire.

**Les moyens techniques à disposition sont les suivants :**

- Livret de formation papier comportant textes, photos et schémas nécessaires à la bonne compréhension de l'enseignement.
- Planches et schémas anatomique et des méridiens énergétiques à disposition.
- Tableau blanc, feutres, tables et chaises.
- Tables de massage.

## 5. Déroulement de la formation

Dans le cadre d'un enseignement actif et participatif, les réponses aux questions se font en temps réel. Les horaires sont susceptibles d'être adaptés en fonction de la progression du groupe.

### **JOUR 1 (7h00)**

#### MATIN (3h00)

- 09h00 : Accueil des stagiaires jusqu'à 9h30
- 09h30 : Présentation des stagiaires et du déroulé de la formation
- 09h45 : Histoire, bienfaits et contre-indications
- 10h45 : Pause
- 11h00 : Énergétique et méridiens
- 12h30 : Déjeuner

#### APRES-MIDI (4h00)

- 13h30 : Démonstration du protocole des membres inférieurs face antérieure
- 13h45 : Mise en pratique du protocole des membres inférieurs face antérieure GROUPE 1
- 15h00 : Pause
- 15h15 : Mise en pratique du protocole des membres inférieurs face antérieure GROUPE 2
- 17h00 : Bilan de la journée et questions-réponses
- 17h30 : Fin de la journée

### **JOUR 2 (7h00)**

#### MATIN (3h00)

- 09h00 : Accueil des stagiaires jusqu'à 9h30
- 09h30 : Révision de la veille et questions-réponses
- 09h45 : Démonstration du protocole des membres supérieurs

10h00 : Mise en pratique du protocole des membres supérieurs GROUPE 1  
10h30 : Mise en pratique du protocole des membres supérieurs GROUPE 2  
11h00 : Pause  
11h15 : Démonstration du protocole thorax et abdomen  
11h30 : Mise en pratique du protocole thorax et abdomen GROUPE 1  
12h00 : Mise en pratique du protocole thorax et abdomen GROUPE 2  
12h30 : Déjeuner

#### APRES-MIDI (4h00)

13h30 : Mise en pratique du protocole complet face antérieure GROUPE 1  
15h00 : Pause  
15h15 : Mise en pratique du protocole complet face antérieure GROUPE 2  
16h45 : Bilan de la journée et questions-réponses  
17h30 : Fin de la journée

### **JOUR 3 (7h00)**

#### MATIN (3h00)

09h00 : Accueil des stagiaires jusqu'à 9h30  
09h30 : Révision de la veille et questions-réponses  
09h45 : Démonstration du protocole du dos  
10h00 : Mise en pratique du protocole du dos GROUPE 1  
10h30 : Mise en pratique du protocole du dos GROUPE 2  
11h00 : Pause  
11h15 : Démonstration du protocole des membres inférieurs face postérieure  
11h30 : Mise en pratique du protocole des membres inférieurs face postérieure GROUPE 1  
12h00 : Mise en pratique du protocole des membres inférieurs face postérieure GROUPE 2  
12h30 : Déjeuner

#### APRES-MIDI (4h00)

13h30 : Mise en pratique du protocole complet face postérieure GROUPE 1  
14h15 : Mise en pratique du protocole complet face postérieure GROUPE 2  
15h00 : Pause  
15h15 : Mise en pratique du protocole complet GROUPE 1  
16h15 : Mise en pratique du protocole complet GROUPE 2  
17h15 : Bilan de fin de formation et questions-réponses  
17h30 : Fin de la formation

## **6. Modalités d'évaluation et sanctions**

#### **Les modalités d'évaluation des acquis sont :**

- Évaluation pratique en continu lors du module. Cinq critères de notation sur 20 points. 10 points minimum pour valider un critère. 60 points total au minimum pour valider l'aspect pratique du module.

#### **Les sanctions visées sont :**

- Attestation et certificat de réalisation remis en fin de module.

## 7. Accessibilité et Inclusion

### Personnes en situation de handicap :

Notre organisme est attentif à l'accueil des personnes en situation de handicap. Notre salle de formation est accessible par ascenseur. Notre espace de préparation étant réservé à l'équipe, un accompagnement est assuré pour vos repas et pauses. (Nota : la configuration de notre WC intérieur ne permet pas l'accès en fauteuil roulant). L'AGEFIPH et la RHF (Ressource Handicap Formation) sont nos partenaires référents pour étudier avec vous les modalités d'adaptation de votre accueil.

### Personnes en situation précaire :

Le CCAS de Mouans-Sartoux est notre référent concernant les personnes en situation précaire.

### Personnes en réinsertion ou recherche d'emploi :

France Travail est notre partenaire référent pour les personnes en recherche d'emploi ou en réinsertion.

## 8. Indicateurs de résultats (Performance)

**Taux de réussite :** 100% (depuis 2024 et selon étude du 04/2026)

**Taux de satisfaction :** 100% (depuis 2024 et selon étude du 04/2026)

## 9. Matériel nécessaire

- Bloc note, crayons, stylos, surligneurs.
- Tenue souple et confortable, chaussons ou chaussettes épaisses.
- Drap housse, fouta ou grande serviette (80 x 190cm minimum) pour protéger la table.
- Fouta ou grande serviette (80 x 190cm minimum) pour se couvrir selon la saison.
- Protège-tête ou une petite serviette (30 x 50cm minimum).

## 10. Tarifs et délais

### Tarifs en format collectif :

- 675 € net (exempt de TVA) pour un financement personnel.
- 750 € net (exempt de TVA) pour un financement par un organisme.

### Délais administratifs :

- Dès le règlement et la signature du contrat pour les financements personnels.
- 30 jours minimum pour un financement par un organisme.

### Délais d'accès à la formation :

- Jusqu'à 6 mois (voir planning) pour une formation collective dans nos locaux (inter-entreprise).
- De 1 à 3 mois pour une formation individuelle ou collective au sein de vos locaux (intra-entreprise).
- De 1 à 3 mois pour une formation individuelle au sein de nos locaux (inter-entreprise).

## 11. Débouchés

- Emploi salarié ou freelance dans un centre de bien-être, un spa, un centre esthétique...
- Création d'un centre de bien-être proposant des prestations performantes et novatrices,
- Ouverture d'un cabinet en libéral,
- Prestations à domicile,
- Intervention en institution, en association...
- Prestations en salle de sport, hôtellerie, camping, yacht...

