

## PROGRAMME DE FORMATION

### Opérateur AquaRelax Cellul'eau

Durée et horaires	Objectifs pédagogiques
8 jours / 64 h En 2 modules Horaires habituels : 9h00 13h00 14h30 18h30	<p>A l'issue de la formation le stagiaire sera capable de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Avoir acquis une bonne posture et une attitude de praticien aquatique</li> <li>✓ De donner une séance complète d'une heure en suivant le protocole de massage d'AquaRelax enseigné</li> <li>✓ Maîtriser les bases des techniques énergétiques, et des connaissances d'anatomie minimum</li> <li>✓ Savoir accompagner un client avant et après une séance ou lors de processus émotionnels</li> </ul>
Public concerné	Contenu pédagogique
Tout public	<p><b>Environnement</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Découverte des particularités du travail corporel aquatique, des qualités intrinsèques de l'eau, physiques ou énergétiques</li> </ul> <p><b>Posture corporelle &amp; protection du praticien</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Utiliser sa posture adaptée pour améliorer sa technique, l'adapter aux besoins, savoir se protéger des risques de blessures et des maladresses.</li> </ul> <p><b>Technique du massage AquaRelax</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Connaissance des techniques de mouvements et mémorisation d'une séquence adaptée</li> <li>✓ Acquisition des bases du travail énergétique et adaptation au domaine aquatique</li> <li>✓ Accompagnement d'une personne et respect des limites de chacun</li> </ul>
Pré-requis	
Pas de prérequis	
Sanction de formation	
Attestation de fin de formation	
Formateur Intervenant	
Natacha Schönenberger, Xavier Boisson,	
Démarche et méthodes pédagogiques :	Techniques et outils :
<p>Nous privilégions une démarche pédagogique, conviviale, respectueuse et interactive. L'apprentissage sera focalisé sur le bien-être et la sécurité des personnes et une possibilité d'application concrète au retour de la formation. Démarche <b>active, centrée sur l'apprenant</b>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Méthodes : <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>démonstrative</b>, faire acquérir une série de geste (démonstration puis le participant reproduit)</li> <li>- <b>active</b>, fait appel à l'expérience et l'expérimentation, à la répétition, à la mise en pratique par les apprenants.</li> <li>- <b>participative</b>, basée sur le questionnement et les échanges des participants</li> <li>- <b>Expositive : transmet des connaissances (anecdotes, illustration...)</b></li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alternance des techniques suivantes : Démonstration, suivi d'une seconde démonstration détaillée, mises en application par pratique et échanges, corrections du formateur suivies de reprises verbalisées...</li> <li>• 20% de la formation a lieu au sol, 80% en piscine chauffée</li> <li>• Supports pédagogiques : Vidéos, documentation papier et PDF, livre technique spécifique</li> </ul>

### Modalités d'évaluation et de suivi:

- En amont : évaluation du niveau des participants et recueil des attentes et besoins par un questionnaire écrit
- Evaluation formative en cours de module : exercices - cas pratiques
- Evaluation des acquis : mise en situation, séance supervisée de fin de formation
- Evaluation de la satisfaction, à chaud

La présence des stagiaires est impérative et obligatoire tout au long de la formation. Une grande partie du travail étant basée sur un travail d'échange à 2, toute absence même temporaire devra être signalée au formateur et motivée par une raison valable.

Une feuille d'émargement sera obligatoirement signée par chaque stagiaire en début de chaque demi-journée.

### Modalités d'accueil :



Ce centre, Polynesia Watsu Center, dédié au Watsu et aux différentes approches de relaxation aquatique est situé à Temae sur l'île de Moorea en Polynésie Française à côté de Tahiti dans un endroit paradisiaque.

Vous aurez aussi la possibilité de trouver des logements à proximité. Nous pourrions vous donner des adresses.

#### Règles sanitaires et hygiène

Depuis la fin de la crise sanitaire COVID 19 aucune nouvelle règle ou restriction sanitaire n'a été mise en place jusqu'à ce jour. Nous vous en informerions si ce devait en être le cas

