



## PROGRAMME DE FORMATION

WATSU® BASIC	
<b>Durée et horaires</b>	<b>Objectifs pédagogiques</b>
2 jours / 16 h les 8 et 9 février 2025  Horaires habituels : 9h00 13h00 14h30 18h30	A l'issue de la formation le stagiaire sera capable de: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Avoir une bonne posture adaptée au travail corporel aquatique</li> <li>✓ Savoir prendre en charge une personne pour un accompagnement aquatique</li> <li>✓ Donner une sensation de sécurité à la personne qui reçoit la séance</li> <li>✓ Donner une séance de 30 minutes en respectant la séquence de base</li> <li>✓ Finaliser une séance et raccompagner la personne en dehors de l'eau</li> </ul>
<b>Public concerné</b>	<b>Contenu pédagogique</b>
Tout public	<b>Environnement</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Découvrir les propriétés gravitaires, physiques et énergétiques de l'eau</li> </ul>
<b>Pré-requis</b>	
Aucun	<b>Posture corporelle &amp; protection du praticien</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Connaître les postures adaptées pour assurer son équilibre, savoir ajuster sa posture pour se protéger, prendre conscience des dangers et risque de blessures</li> </ul>
<b>Sanction de formation</b>	
Attestation de formation	<b>Technique du massage Watsu</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Apprendre à découvrir la douceur et la lenteur du mouvement</li> <li>✓ Comprendre le toucher juste et la notion d'intrusion</li> <li>✓ Ressentir les limites corporelles</li> <li>✓ Apprendre une séance courte équilibrée en l'adaptant en fonction des besoins du client.</li> </ul>
<b>Formateur Intervenant</b>	
Natacha SCHÖNENBERGER et Stéphanie GUILLOUZOUIC Formatrices Watsu®, certifiées WABA depuis 2017	
<b>Démarche et méthodes pédagogiques :</b>	<b>Techniques et outils :</b>
<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.</p> <p>Démarche <b>active, centrée sur l'apprenant qui « agit »</b>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Méthodes :           <ul style="list-style-type: none"> <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> </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 chaude</li> <li>• Supports pédagogiques : Vidéo, 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 :

La formation se déroulera à L'Eau Dôme -Campalis, 216 route de la grotte St Dominique à 81100 Burlats (5 mn de Castres)

Niché au coeur de la nature, Laetitia nous accueille dans son lieu, qu'elle a spécialement conçu pour partager et transmettre du travail corporel aquatique. Sous un dôme géodésique, une piscine chauffée à 34° traitée au sel nous attend pour ces jours de formation. Un vrai havre de paix.

Le travail au sol est réalisé dans une agréable salle toute équipée. Un hébergement sur place est possible soit en tente 10 €/nuit ou en chambre partagée entre 20 et 40 €/nuit. Pour les camions aménagés, un emplacement permet de garer les véhicules pour la durée du stage pour 10 €/nuit. Les repas du midi sont tirés du sac, des commerces se trouvent à environ 7mn en voiture. Il est possible d'arriver la veille du stage, pour dormir sur place, et de repartir le lendemain matin de la fin du stage. Pour plus d'information sur l'hébergement et pour la réservation, contacter Yannick au 06 77 78 61 39

### Règles sanitaires et hygiène

Des règles sanitaires sont régies par le règlement intérieur de l'Eau Dôme, celui-ci est affiché sur place et qui vous sera expliqué à votre arrivée. Il reprend les réglementations et les interdictions applicables aux lieux ouverts au public et plus précisément aux piscines publiques. Des règles de précaution sanitaire peuvent être mises en place. Nous vous invitons à vous informer des nouvelles et éventuelles évolutions directement auprès du centre. Tel : 06 77 78 61 39