

# KAMALA



## LA METHODE KAMALA

Niveau PRATICIEN

### PROGRAMME DE FORMATION

#### DESCRIPTION

**LA METHODE KAMALA** est un protocole complet corps & visage. Réelle fusion et maîtrise de manœuvres relaxantes, musculaires et asiatiques auxquelles s'ajoutent une touche de respiration guidée, et de pierres semi-précieuses.

Notre gestuelle, tant élégante que technique, allie précision, cohérence et efficacité. Au-delà d'un massage, c'est un rituel haut-de-gamme orchestré telle une danse aussi relaxante que puissante. **LA METHODE KAMALA** se veut être une œuvre alchimique, authentique, personnalisable, sur-mesure et signature.

Nos praticiens sont en mesure de prodiguer un soin revisité et plein de singularité en plusieurs durées pour ainsi faire renaître l'émotion de la première fois à chaque rendez-vous et offrir une expérience exceptionnelle tout en s'adaptant aux envies et aux disponibilités des clients et du planning.

**Le protocole de massage LA METHODE KAMALA – Niveau PRATICIEN** se décline en :

- Rituel Holistique KAMALA 2H
- Massage Signature KAMALA 1H / 1H30

#### OBJECTIFS

- Apprendre à pratiquer dans le respect de son corps et de ses limites ;
- Préparer, protéger, recharger et purifier son énergie et apprendre à la gérer tout au long de la journée pour pratiquer sans s'épuiser ;
- Appliquer les bonnes pratiques avant, pendant et après tout soin pour exercer dans les meilleures conditions possibles ;
- Connaître les bases anatomiques du corps humain pour une pratique respectueuse ;

- Connaître les bienfaits et maîtriser la pratique des techniques utilisées ;
- Maîtriser le protocole LA METHODE KAMALA – Niveau PRATICIEN ;

## PUBLIC CONCERNÉS & PRÉ-REQUIS

- Spa praticien.ne – Esthéticien.ne – Praticien.ne en massage bien-être – Spa manager & Assistant.e – Thérapeute bien-être – En reconversion professionnelle dans le domaine du bien-être
- Titulaire d'un diplôme esthétique-cosmétique et/ou d'une formation en soins corps ou souhaiter se reconvertir dans le domaine du bien-être

## PROGRAMME

JOUR 1	
<p><b>Accueil &amp; Présentation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'organisme de formation</li> <li>- La formation et le cadre</li> <li>- Le groupe et la formatrice</li> <li>- LA METHODE KAMALA : bienfaits, indications, contre-indications</li> </ul> <p><b>Apprentissage du protocole</b></p> <p><b>1. Rituel de début de soin :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Exercices de préparation du praticien</li> <li>- Théorie</li> <li>- Démonstration</li> <li>- Mise en pratique en binômes</li> </ul>	<p><b>Apprentissage du protocole</b></p> <p><b>2. Massage du dos – Partie 1 :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Exercices de préparation du praticien</li> <li>- Théorie</li> <li>- Démonstration</li> <li>- Mise en pratique en binômes</li> </ul> <p><b>Bilan de la journée</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Exercices de récupération du praticien</li> <li>- Temps d'échange / Questions-réponses</li> </ul>
JOUR 2	
<p><b>Accueil</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Temps d'échange / Questions-réponses</li> </ul> <p><b>Apprentissage du protocole</b></p> <p><b>2. Massage du dos – Partie 2 :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Exercices de préparation du praticien</li> <li>- Théorie</li> <li>- Démonstration</li> <li>- Mise en pratique en binômes</li> </ul>	<p><b>Apprentissage du protocole</b></p> <p><b>3. Massage jambes face postérieure :</b></p> <p><b>4. Rituel harmonisation face postérieure :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Théorie</li> <li>- Démonstration</li> <li>- Mise en pratique en binômes</li> </ul> <p><b>Bilan de la journée</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Exercices de récupération du praticien</li> <li>- Temps d'échange / Questions-réponses</li> </ul>

## JOUR 3

### Accueil

- Temps d'échange / Questions-réponses

### Apprentissage du protocole

#### 5. Massage jambes face antérieure :

- Exercices de préparation du praticien
- Théorie
- Démonstration
- Mise en pratique en binômes

### Apprentissage du protocole

#### 6. Massage des bras :

- Théorie
- Démonstration
- Mise en pratique en binômes

#### 7. Massage de l'abdomen +

#### 8. Rituel harmonisation face antérieure :

- Théorie
- Démonstration
- Mise en pratique en binômes

### Bilan de la journée

- Exercices de récupération du praticien
- Temps d'échange / Questions-réponses

## JOUR 4

### Accueil

- Temps d'échange / Questions-réponses

### Apprentissage du protocole

#### 9. Massage Nuque & Décolleté

#### 10. Massage Visage & Crâne

- Exercices de préparation du praticien
- Théorie
- Démonstration
- Mise en pratique en binômes

#### 11. Rituel de fin de soin :

- Exercices de préparation du praticien
- Démonstration
- Mise en pratique en binômes

### Révisions du protocole

- Mise en pratique en binômes

### Bilan de la formation

- Evaluation : Quiz QCM
- Temps d'échange / Questions-réponses
- Fiche de positionnement
- Questionnaire de satisfaction
- Certificat de réalisation
- Certificat LA METHODE KAMALA – Niveau PRATICIEN

## DÉMARCHÉ PÉDAGOGIQUE

- Formation en présentiel
- Connaissances théoriques : livret de formation remis à chaque participant
- Protocole de massage : livret schématisé remis à chaque participant
- Démonstrations pratiques effectuées par la formatrice
- Exercices de mise en pratique individuels, en binômes ou en groupe

## ÉVALUATION & VALIDATION DE LA FORMATION

- Évaluation de progression par Quiz QCM
- Évaluation par la formatrice lors des exercices pratiques
- Questionnaire de satisfaction
- Certificat de réalisation de formation remis au stagiaire
- Certificat « LA METHODE KAMALA – Niveau PRATICIEN » remis au stagiaire (non reconnu par l'Etat)
- Fiche de présence émargée

## MODALITÉS

- **Durée de la formation** : 4 jours soit 28 heures au total à raison de 7h par jour
- **Effectif** :       Inter-entreprise : 2 à 6 personnes  
                          Intra-entreprise : 2 à 6 personnes
- **Langue d'enseignement** : Français
- **Dates** : voir calendrier formation sur le site internet ou à définir
- **Délai d'accès** : sous 1 mois maximum
- **Horaires** : 9H – 17H (déjeuner 1H)
- **Lieu de formation** : en intra dans vos locaux, en inter dans les centres de formations
- **Accessibilité** : Le contenu, la durée et le rythme de la formation peuvent être adaptés à certaines situation de handicap. Nous consulter. La formation ne peut pas être accessible aux personnes à mobilité réduite car elle nécessite d'avoir toutes les aptitudes physiques.
- **Matériel à fournir** : serviettes et plaid, huile de massage, table de massage si possible

## TARIFS & CONDITIONS

- **Tarif** : **Inter-entreprise** :       880 € nets par stagiaire (non assujetti à TVA)  
  + 60 € de frais de dossier  
                          **Intra-entreprise** : Merci de nous consulter pour élaboration du devis sur-mesure
- **Conditions** : pour les sessions inter-entreprises, un minimum de 2 participants est requis pour confirmer la formation. Le cas échéant, la session sera annulée voire reportée.

## LA FORMATRICE

Vanessa PAUMIER – Fondatrice & Formatrice KAMALA

Diplômée d'un CAP Esthétique-Cosmétique depuis 2001 et d'un BTS Esthétique-Cosmétique depuis 2007, Vanessa est riche de plus de 20 ans passés dans l'univers du bien-être dont 10 ans en tant que Spa Manager & Praticienne en hôtellerie de luxe et Palaces en France et à l'international. Elle

a également enseigné en qualité de Professeure esthétique du niveau Bac Pro au BTS et s'est formée à la pratique de la méditation. Désormais, elle crée et délivre des formations innovantes, exclusives et de qualité aux professionnels du bien-être en y infusant toute sa passion, son expertise, sa rigueur, sa pédagogie et sa bienveillance.

## INFORMATIONS & INSCRIPTIONS

**Vanessa PAUMIER**

+33 (0)6 45 02 00 76 / [contact@kamalaspaspa-formation.com](mailto:contact@kamalaspaspa-formation.com) / [www.kamalaspaspa-formation.com](http://www.kamalaspaspa-formation.com)

KAMALA SPA® - Marque déposée à l'INPI - SIRET : 905 290 037 00027 – Code NAF : 8559B

Déclaration enregistrée sous le numéro 84 73 02 49 873. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État. v3-11/09/2024