

✿ **Massage Californien-Le Toucher du Cœur** ✿

✿ *Massage Californien – Le Toucher du Cœur*

Né sur les plages ensoleillées de Californie dans les années 70, au cœur du mouvement du développement personnel, le massage californien est bien plus qu'une technique : c'est un langage du corps, une danse lente et enveloppante, une invitation à se reconnecter à soi.

Ce soin a été pensé pour réconcilier l'être avec ses émotions, pour apaiser les mémoires du corps et offrir un véritable moment de retour à soi, dans la douceur, l'accueil et le non-jugement.

Chaque manœuvre est un souffle, chaque geste un bercement. Le corps s'abandonne, se déploie, respire...

Et peu à peu, le mental s'apaise, les tensions fondent, et l'on touche quelque chose de plus vaste : un lâcher-prise profond, presque sacré.

✿ *Ce que vous allez apprendre...*

Au fil de cette formation, vous découvrirez comment :

Créer un cadre de confiance et de bienveillance

Pratiquer des mouvements fluides, lents et harmonisants

Accompagner le lâcher-prise physique et émotionnel

Utiliser votre présence pleine et votre écoute intuitive

Donner un soin complet, structuré mais vivant, guidé par le cœur

✿ *Le mot de la fondatrice, Leontina*

"Ce massage m'a touchée comme peu d'autres.

Il m'a appris que la douceur peut être puissante, que le silence peut parler, et que nos mains savent bien plus que ce que l'on croit.

C'est ce chemin que je vous invite à emprunter avec moi.

Un chemin de présence, de lenteur, d'écoute et d'humanité.

Bienvenue dans cet art du toucher conscient, ce voyage intérieur, ce soin du cœur."

Leon Ecole du bien etre

40 rue
92500 Rueil-Malmaison
Email : viovio_0505@yahoo.com
Tel : +33643322480



Durée: 14.00 heures (2.00 jours)

Profils des apprenants

- Les professionnel-le-s du bien-être : praticien-ne-s en massage, esthéticien-ne-s, spa praticien-ne-s
- Les professionnel-le-s de santé, de l'accompagnement ou de la relation d'aide
- Les personnes en reconversion professionnelle souhaitant se former à une approche corporelle douce et émotionnelle
- Toute personne sensible à l'écoute du corps, au toucher conscient et à l'accompagnement holistique

Prérequis

- Aucun diplôme requis
- Une sensibilité au bien-être, au toucher et à l'accompagnement est recommandée
- Une bonne condition physique pour la pratique du massage sur table
- La compréhension et l'expression en français (oral et écrit) sont nécessaires pour suivre la formation

Accessibilité et délais d'accès

♿ Modalités d'accès au public en situation de handicap

L'École Léon du Bien-Être s'engage à rendre ses formations accessibles aux personnes en situation de handicap.

Toute personne concernée est invitée à signaler ses besoins avant l'entrée en formation, afin d'étudier les possibilités d'adaptation pédagogiques, matérielles ou organisationnelles.

Un référent handicap est à votre disposition pour échanger en toute confidentialité et mettre en place les solutions les plus appropriées.

✉ Contact référent handicap : Leontina Florea – contact@leonecole.fr

14 jours

Qualité et indicateurs de résultats

La formation "Ayurvédique" de LEON École du Bien-Être vient d'être lancée. Les premières sessions sont en cours.

Conformément à notre engagement qualité (Qualiopi), nous publierons prochainement les indicateurs suivants :

Taux de satisfaction

Taux de validation des compétences

Taux de présence

Retours à froid (3 mois après)

🔄 Ces données seront mises à jour dès la clôture des premières sessions, afin de garantir une information claire et fondée sur l'expérience réelle de nos apprenants

Objectifs pédagogiques

- Comprendre l'histoire, l'origine et la philosophie du massage californien
- Intégrer les principes de l'écoute corporelle et émotionnelle dans la pratique du soin
- Réaliser un massage complet du corps, fluide, enveloppant et harmonisant
- Accompagner le lâcher-prise du receveur, dans un cadre professionnel, sécurisant et respectueux
- Adopter une posture de praticien.ne bienveillant.e et centré.e, à l'écoute de soi et de l'autre
- Maîtriser les gestes fondamentaux : effleurages, lissages, enveloppements, pressions glissées
- Respecter les règles d'hygiène, d'installation et d'ergonomie dans la mise en œuvre du soin

Contenu de la formation

- 🗓 Jour 1 – Origines, fondements et 1ère partie du protocole Matinée

Leon Ecole du bien etre | 40 rue Rueil-Malmaison 92500 | Numéro SIRET : 95259667400020 |

Numéro de déclaration d'activité : Enregistré sous le n°11756749475 (auprès du préfet de région de : auprès du préfet de région : Ile de France)

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

Leon Ecole du bien etre

40 rue
92500 Rueil-Malmaison
Email : viovio_0505@yahoo.com
Tel : +33643322480



- Accueil, présentation du groupe et de la formatrice
- Test de positionnement et objectifs de la formation
- Origines du massage californien : histoire, philosophie, spiritualité du toucher
- Bienfaits physiques, émotionnels et énergétiques du massage
- La posture du praticien : ancrage, respiration, écoute
- Après-midi
 - Démonstration du protocole face postérieure (dos, jambes, pieds)
 - Pratique guidée en binômes
 - Échange collectif et ajustements personnalisés
- Jour 2 – Approfondissement et intégration du protocole complet Matinée
 - Échauffement corporel doux (mobilité du praticien, conscience du geste)
 - Démonstration du protocole face antérieure (jambes, bras, ventre, thorax, visage)
 - Pratique en binômes avec rotation des rôles
 - Focus sur l'écoute émotionnelle, le rythme et la fluidité
- Après-midi
 - Pratique du massage californien complet en autonomie guidée
 - Rituel d'ouverture et de fermeture du soin
 - Évaluation pratique + QCM de validation des acquis
 - Cercle de clôture, retours d'expérience
 - Remise du certificat de réalisation

Organisation de la formation

Équipe pédagogique



La formation est assurée par Leontina Florea, fondatrice de Léon École du Bien-Être, formatrice certifiée en techniques de bien-être et praticienne en esthétique et massages holistiques, diplômée en esthétique niveau 4.

Passionnée par l'art du toucher, la beauté au naturel et les approches énergétiques, elle met au service des apprenants plus de 10 ans d'expérience dans des spas de luxe, instituts spécialisés et écoles de formation en France et à l'international.

Leontina est reconnue pour sa pédagogie sensible et exigeante, où l'écoute, la douceur, la rigueur du geste et l'authenticité se rencontrent. Elle aime transmettre avec cœur, dans le respect du rythme de chacun, en valorisant le développement personnel autant que professionnel.

Son objectif : vous accompagner à révéler votre toucher, votre présence, et votre propre sensibilité dans la pratique du massage. Chaque formation est pensée comme une expérience de transformation, où la technique se mêle à l'émotion, et où l'humain est toujours au centre.

Moyens pédagogiques et techniques

- Un support pédagogique complet illustré, imprimé et/ou numérique
- Des fiches techniques du protocole, détaillées étape par étape
- Des démonstrations en direct réalisées par la formatrice
- Du matériel professionnel : table de massage, huiles neutres, linge, protections
- Un espace de pratique accueillant et calme, propice à l'apprentissage et à l'intégration sensorielle

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- La feuille d'émargement signée par demi-journée (stagiaire et formatrice)
- Un test de positionnement en début de formation
- Une observation continue pendant les pratiques guidées
- Un QCM en fin de formation pour valider les connaissances théoriques
- Une évaluation pratique du protocole complet, avec grille d'observation.
- À l'issue de la formation, un certificat de réalisation est remis aux stagiaires ayant rempli les conditions de participation et validé les acquis

Leon Ecole du bien etre | 40 rue Rueil-Malmaison 92500 | Numéro SIRET : 95259667400020 |

Numéro de déclaration d'activité : Enregistré sous le n°11756749475 (auprès du préfet de région de : auprès du préfet de région : Ile de France)
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

Leon Ecole du bien etre

40 rue

92500 Rueil-Malmaison

Email : viovio_0505@yahoo.com

Tel : +33643322480



Prix : 590.00

Leon Ecole du bien etre | 40 rue Rueil-Malmaison 92500 | Numéro SIRET : 95259667400020 |

Numéro de déclaration d'activité : *Enregistré sous le n°11756749475 (auprès du préfet de région de : auprès du préfet de région : Ile de France)*

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.