



Nos formations Bien-être

EN COLLABORATION AVEC LA WELLNESS ACADEMY



Voyage en terres orientales. Découvrez les secrets d'un rituel 100 % zen et naturel pour que vos clientes s'échappent de l'hiver.

« Cet automne, faites découvrir à votre clientèle un Rituel Bien-être Traditionnel Oriental. Le massage oriental trouve ses origines au VII^{ème} siècle, lors du développement des hammams et des massages au Maghreb. Le massage oriental est traditionnellement précédé d'une séance de hammam (bain de vapeur) de 20 minutes environ, pour ouvrir les pores de la peau et favoriser l'élimination des toxines. Le massage oriental se fait des pieds à la tête, en suivant le tracé musculaire. Il alterne malaxages, pétrissages, lissages. Sentant sous ses mains expertes les nœuds et tensions musculaires, le/la praticien(ne) insiste sur les zones douloureuses, en particulier au niveau du dos. Le massage favorise l'élimination des toxines, la décontraction et l'assouplissement des muscles. Le massage vise essentiellement à apporter une détente musculaire pour apporter un réel mieux-être général. »

Cette formation comprend tout ce dont vous avez besoin pour proposer rapidement ce rituel à votre clientèle : protocoles de soins, produits, textes et visuels pour la promotion.



Voyage en terres
orientales. Découvrez
les secrets d'un rituel
100 % zen et
naturel pour que vos
clientes s'échappent
de l'hiver.

26 septembre 2023

9h00 – 17h00 – Repas de midi
compris

Adresse : Chaussée de Lannoy, 103
7503 Froyennes

Kit produits :

Savon noir : 2kg

Rhassoul : 1kg

Huile d'argan 1L

Eau de Rose : 200ml

Expérience requise : non

Prix par personne : 242€

Description du Rituel

- Gommage au savon noir : Le savon noir est une pâte qui provient de noyaux d'olives, très riche en vitamine E. Le gommage au savon noir enlève les cellules mortes et les impuretés de la peau, rendant ainsi la peau très douce.
- Enveloppement au Rhassoul et eau de Rose: Le Rhassoul est une argile qui trouve son origine dans les vallées fertiles et chaudes du Maroc. L'enveloppement au Rhassoul et Eau de Rose apporte sels minéraux, magnésium, oxyde de fer et oligo-éléments.
- Massage du corps Oriental : Massage du corps revitalisant à l'huile d'argan. L'huile d'argan est extraite des amandes de l'arbre d'argan (ou arganier) et est très riche en acides aminés et en vitamine E. Le soin beauté par excellence des femmes du Maghreb.

Programme de la formation :

- Propriétés des produits utilisés
- Les bienfaits du soin
- Protocole du soin
- Combinaison optionnelle du soin avec un sauna et un hammam
- Marketing : prix de vente, visuels, conseils de vente



Quelle est la bonne posture à adopter en tant que professionnel du Bien-Être ?
La clé de l'efficacité et du confort : posture et maintien du massothérapeute

"Notre posture est très importante si nous voulons travailler dans la longévité et en bonne santé. Gardons ainsi à l'esprit que ce n'est pas en nous faisant du mal que nous ferons du bien aux autres."

Cette formation reprend de nombreux conseils et techniques pour optimiser votre position de travail.

Programme de la formation :

- Conseils pour la vie de tous les jours
- Étirements
- Respiration
- Régler sa table de massage
- Mouvements

2 octobre 2023

9h00 – 17h00 – Repas de midi compris

Expérience requise : non

Adresse : Avenue de la Basilique
116, 7603 Bon-Secours



Envie de faire
voyager votre
clientèle en pays
nordiques ?
Formez vous,
apprenez l'art du
massage revigorant
alliant le chaud et le
froid.

17 octobre 2023

9h00 – 17h00 – Repas de midi
compris

Adresse : Avenue de la Basilique
116, 7603 Bon-Secours

Kit produits :

- Huile de massage Helsinki – 1 litre
- Tervagel – 500 ml
- Boule de glace pour massage

Prix par personne : 181,50€

« Pour les fêtes de fin d'année, faites voyager votre clientèle grâce à un Rituel Bien-être Nordique. Venu tout droit de Finlande, ce soin offrira un pause relaxante à votre client.e tout en prenant soin de sa peau grâce aux produits 100 % naturels aux propriétés nettoyantes et désinfectantes. »

Cette formation comprend tout ce dont vous avez besoin pour proposer rapidement ce rituel à votre clientèle : protocoles de soins, produits, textes et visuels pour la promotion.

Description du Rituel

- Gommage et Enveloppement aux Herbes Finlandaises et au Miel : Le miel et les herbes finlandaises apportent de l'hydratation, de l'élasticité, de la souplesse, des vitamines C, des pro-vitamines A et détoxifient la peau.
- Massage du corps Nordique : Massage du corps revigorant à l'huile chaude de sapin et bouleau combinée avec de la glace. L'huile de sapin aide à fluidifier les énergies bloquées : respiration difficile, transit intestinal, maux de dos, etc. L'huile de bouleau adoucit et allège certains maux physiques : douleurs musculaires, douleurs internes, processus inflammatoires, migraines, maux d'estomac, etc. La glace augmente l'élasticité de votre peau. La combinaison chaud et froid renforce les défenses de votre corps et vous apporte une relaxation optimale.



Voyage en terres orientales. Découvrez les secrets d'un rituel 100 % zen et naturel pour que vos clientes s'échappent de l'hiver.

Programme de la formation :

- Propriétés des produits utilisés
- Les bienfaits du soin
- Protocole du soin
- Combinaison optionnelle du soin avec un sauna et un hammam
- Marketing : prix de vente, visuels, conseils de vente

Expérience requise : non



Vos clients sont en
manque d'énergie ?
Apprenez les
bienfaits du Massage
psycho Burn-out :
apaiser l'esprit,
guérir le corps et
rétablir l'équilibre
émotionnel

20 novembre 2023

9h00 – 17h00 – Repas de midi
compris

Adresse : Avenue de la Basilique
116, 7603 Bon-Secours

Kit produits :

- Huile de massage Neutre – 1 litre
- Huile essentielle de Petit grain bigarade (10ml)
- Huile essentielle de Lemongrass (10ml)
- Huile essentielle de Basilic (10ml)

Prix par personne : 121 €

«Le massage psycho-burnout est bénéfique aussi bien pour une personne en problème avec son corps, son bien-être, qu'une personne qui souffre de dépression ou de burn-out .

A partir des règles communes du massage, il est important d'apprendre à personnaliser le massage en fonction de l'état physique et psychologique de la personne.»

Cette formation comprend tout ce dont vous avez besoin pour proposer rapidement ce massage à votre clientèle : protocoles de soins, produits, textes et visuels pour la promotion.

Description du Massage :

- Le massage aide la personne en souffrance physique ou psychologique. Ce massage est reconnu pour apaiser les différents maux de la personne.

Programme de la formation :

- Propriétés des produits utilisés
- Les bienfaits du massage
- Protocole du massage
- Marketing : prix de vente, visuels, conseils de vente

Expérience requise : non



Au cœur de l'hiver, intégrez les soins et rituels du Hammam et du Sauna dans vos espaces Bien-être pour un oasis de détente, de relaxation profonde.

28 novembre 2023

9h00 – 17h00 – Repas de midi
compris

Adresse : Chaussée de Lannoy 103
– 7503 Froyennes

Kit produits :

- Feuilles de bouleau (2 tresses)
- Savon noir (1kg)
- Rhassoul (1 kg)
- Gants de kessa (2x)

Prix par personne : 121 €

« Découvrez les rituels traditionnels du sauna et du hammam : le sauna augmente la circulation sanguine et élimine les toxines . Différents rituels du sauna vous seront présentés afin d'augmenter les effets du sauna (banya, Löyly, ...) . Le hammam ouvre les pores de la peau et prépare la peau pour des soins en profondeur. Différents rituels du hammam vous seront présentés afin d'augmenter les effets du hammam (Gommages, kessa, loofah, savon noir, ...)»

Cette formation comprend tout ce dont vous avez besoin pour proposer rapidement ce massage à votre clientèle : protocoles de soins, produits, textes et visuels pour la promotion.

Programme de la formation :

- Propriétés des produits utilisés
- Les bienfaits du sauna/hammam
- Protocole du rituel sauna / hammam
- Marketing : prix de vente, visuels, conseils de vente

Expérience requise : non



Offrez à vos clientes
le cadeau qui pimente
la saint-Valentin.
Formez vous à un
protocole de soin et
apportez une touche
originale pour un
moment de rêve et de
détente.

08 janvier 2023

9h00 – 17h00 – Repas de midi
compris

Adresse : Avenue de la Basilique
116, 7603 Bon-Secours

"Pour la St. Valentin faites découvrir à votre clientèle le massage aux pochons. Le massage aux pochons d'herbes est une technique qui consiste en l'application sur l'ensemble du corps d'un mélange de plantes aromatiques et d'épices enveloppé dans un tissu chauffé à la vapeur. Grâce à la chaleur les pochons libèrent tous leurs bienfaits. "

C'est un massage ressourçant, qui est travaillé par mouvements circulaires, fluides et harmonieux, mais aussi par effleurages et lissages. Il permet de diminuer le stress, dénoue les tensions et apporte une profonde relaxation au corps et à l'esprit.

Cette formation comprend tout ce dont vous avez besoin pour proposer rapidement ce massage à votre clientèle : protocoles de soins, produits, textes et visuels pour la promotion.

Kit produits :

- Huile de coco – 1 litre
- Différents sachets de plantes et épices
- Matériel pour faire 6 pochons

Description du massage :

Massage du corps aux pochons : L'application de pochons nourrissants et chauds sur le corps améliore la circulation sanguine et permet ainsi l'absorption des plantes par la circulation sanguine et lymphatique. La chaleur des pochons soulage la douleur et la raideur articulaire.

Prix par personne : 121€



Offrez à vos clientes
le cadeau qui pimente
la saint-Valentin.

Formez-vous à un
protocole de soin et
apportez une touche
originale pour un
moment de rêve et de
détente.

Programme de la formation :

- Propriétés des produits utilisés
- Les bienfaits du massage
- Protocole du massage
- Marketing : prix de vente, visuels, conseils de vente

Expérience requise : non



Yoga du visage :
discipline hollistique
pour atténuer les
traces du temps et
conserver la tonicité
de votre visage. Tout
sur cette incroyable
technique anti-âge
pour un visage jeune
et rayonnant.

"Tout comme l'on recherche à redonner au ventre et aux fesses du tonus, il est possible d'appliquer le même principe à votre visage en lui faisant faire un peu de gym. Avec le temps, les muscles du visage perdent eux aussi leur galbe. En agissant sur les muscles qui soutiennent la peau, la gymnastique faciale permet d'atténuer ces rides et de corriger ce relâchement."

22 - 23 janvier 2024

9h00 – 17h00 – Repas compris

Adresse : Avenue de la Basilique 116, 7603 Bon-Secours



Massage harmonisant réconfortant pour des effets bénéfiques sur le corps et le psychisme

5 février 2024

9h00 – 17h00 – Repas de midi
compris

Adresse : Avenue de la Basilique
116, 7603 Bon-Secours

Kit produits :

- Huile d'amande douce – 1 litre

Prix par personne : 121€

"Spécialement conçu pour accompagner la femme enceinte à partir du 4ème mois de grossesse, le massage prénatal offre un vrai moment de détente et de réconfort, à la fois pour la maman mais aussi pour le bébé et le co-parent. C'est un massage qui stimule la fonction des muscles et des articulations, améliore la circulation et soulage la fatigue de la future maman.

Concrètement, ce massage consiste à réaliser des palpations très douces sur le corps de la femme enceinte pour prendre soin de la santé générale du corps."

Cette formation comprend tout ce dont vous avez besoin pour proposer rapidement ce massage à votre clientèle : protocoles de soins, produits, textes et visuels pour la promotion.

Description du massage :

Assouplit la peau et diminue l'apparition des vergetures. Elle améliore la circulation sanguine et lymphatique. Elle soulage les maux de dos et favorise au fœtus le développement serein.

Programme de la formation :

- Propriétés des produits utilisés
- Les bienfaits du massage
- Protocole du massage
- Marketing : prix de vente, visuels, conseils de vente



Formez-vous au massage manuel relaxant, dynamisant et détoxifiant. Un massage unique orienté vers les besoins du client grâce à vos mains expertes.

12 mars 2024

9h00 – 17h00 – Repas de midi compris

Adresse : Avenue de la Basilique
116, 7603 Bon-Secours

Kit produits :

- Huile de massage pour sport et récupération musculaire (1L)

Prix par personne : 121€

"Faites découvrir ce massage hypertonique à votre clientèle. Massage Hypertonique, Relaxant et Dynamisant. Le massage sportif est une technique spécifique qui répond aux besoins des sportifs. Ce massage a de particulier qu'il vise à libérer des tensions précises et à préparer le corps à une activité donnée. Le massage sportif s'adresse naturellement aux sportifs, mais pas uniquement aux athlètes professionnels. Quiconque pratiquant une activité physique sur une base régulière en bénéficiera. Utilisé autant en préparation à l'entraînement qu'à la récupération, le massage sportif est l'allié idéal pour dorloter le corps à qui l'on demande beaucoup. Il vise à préserver la mobilité et la flexibilité des articulations ainsi qu'à soulager les douleurs musculaires et articulaires liées à l'entraînement."

Avant l'effort, le massage prépare les muscles à performer tout en évitant les blessures. Après l'effort, il prévient les courbatures et détend la musculature, ce qui permet au corps de se détendre pour mieux récupérer.

Description du massage :

Le massage deep tissue (hypertonique) a plusieurs objectifs : son but est de détendre les muscles, d'éliminer les toxines, de détecter les tensions et contractures puis les réduire. Ce massage permet d'éliminer l'acide lactique et d'assouplir les muscles souvent trop sollicités et trop peu étirés. Dans ce massage à la fois relaxant, dynamisant et détoxifiant, rien ne vaut la main de l'homme pour dénouer les nœuds.



Formez-vous au massage manuel relaxant, dynamisant et détoxifiant. Un massage unique orienté vers les besoins du client grâce à vos mains expertes.

Programme de la formation :

- Propriétés des produits utilisés
- Les bienfaits du massage
- Protocole du massage
- Marketing : prix de vente, visuels, conseils de vente

Expérience requise : non



Moment beauté et Bien-être : Soins aux vertus marines, massage anti stress aux coquillages pour plonger dans une ambiance relaxante grâce à la magie des coquillages

8 avril 2024

9h00 – 17h00 – Repas de midi
compris

Adresse : Avenue de la Basilique
116, 7603 Bon-Secours

Kit produits :

- Gommage à la poudre de coquilles Saint Jacques (1kg)
- Lait corporel aux algues marines (1L)
- Gommage à la poudre de coquilles Saint Jacques (1kg)

Prix par personne : 181,50€

"Depuis toujours, la mer est un endroit de ressourcement. Elle nous fascine, nous apaise, nous apporte énormément de nutriments et booste notre santé ! Cette formule débute par un gommage à la poudre de Coquilles Saint-Jacques, très riche en calcium.

Ensuite, profitez des vertus des algues marines, reconnues depuis des siècles en matière de cosmétologie ! Le massage au lait corporel riche en algues marines apporte acides aminés, sels minéraux, oligo-éléments, vitamines, ... tout en profitant d'un moment bien relaxant !"

Cette formation comprend tout ce dont vous avez besoin pour proposer rapidement ce massage à votre clientèle : protocoles de soins, produits, textes et visuels pour la promotion.

Description du massage :

- Gommage corps et visage : Gommage de la peau à la poudre de Coquilles Saint-Jacques. Le gommage exfolie en douceur votre peau tout en éliminant les cellules mortes. Votre peau sera parfaitement hydratée, douce et lumineuse
- Massage aux coquillages : Massage anti-stress aux coquillages et au lait corporel riche en algues marines au pouvoir hydratant et nourrissant très puissant. Le massage améliore également la circulation sanguine et lymphatique



Moment beauté et Bien-être : Soins aux vertues marines, massage anti stress aux coquillages pour plonger dans une ambiance relaxante grâce à la magie des coquillages

Programme de la formation :

- Propriétés des produits utilisés
- Les bienfaits du massage
- Protocole du massage
- Marketing : prix de vente, visuels, conseils de vente

Expérience requise : non



Formez-vous à un massage 100% naturel au savon d'Alep, un nuage de mousse pour vous envelopper d'une sensation de légèreté et de relaxation.

13 mai 2024

9h00 – 17h00 – Repas de midi
compris

Adresse : Chaussée de Lannoy 103,
7503 Froyennes

Kit produits :

- Huile d'olive (1L)
- Gommage à la poudre de noyaux d'olives (1kg)
- 1 sac à mousse
- 1 savon d'Alep

Prix par personne : 181,50€

"Faites découvrir à votre clientèle un Rituel Bien-être traditionnel issu de la tradition séculaire de la culture ottomane. Ce soin très énergique est pratiqué dans les hammams. Grâce à un sac à mousse en coton et du savon d'Alep 100% naturel, un nuage de mousse vous enveloppera d'une sensation de légèreté et relaxation."

Cette formation comprend tout ce dont vous avez besoin pour proposer rapidement ce massage à votre clientèle : protocoles de soins, produits, textes et visuels pour la promotion.

Description du Rituel :

- Gommage corps et visage : L'agent exfoliant du produit du gommage est la poudre de noyaux d'olive. C'est un exfoliant naturel qui nettoie en profondeur, élimine les impuretés et les cellules mortes. Elle redonne un coup d'éclat au corps et visage et lisse votre peau.
- Enveloppement à l'Huile d'Olive. L'huile d'olive extra vierge est riche en polyphénols, en vitamine E et en caroténoïdes naturels, qui stimulent les défenses naturelles "anti-âge" de la peau.
- Massage Istanbul : Massage revitalisant au savon d'Alep : Massage traditionnel des hammams turcs au savon d'Alep. Le Savon d'Alep est un savon ancestral fabriqué à partir d'huile d'olives et d'huile de baies de laurier. L'huile d'olives est bien connue pour ses propriétés nourrissantes et adoucissantes. L'huile de baie de laurier est efficace contre les mycoses et démangeaisons.



Formez-vous à un massage 100% naturel au savon d'Alep, un nuage de mousse pour vous envelopper d'une sensation de légèreté et de relaxation.

Programme de la formation :

- Propriétés des produits utilisés
- Les bienfaits du massage
- Protocole du massage
- Marketing : prix de vente, visuels, conseils de vente

Expérience requise : non