MODULE 1.3

ANATOMIE ET PHYSIOLOGIE HUMAINE



Dernière mise à jour : 13/08/2026
Organisme de formation certifié Qualiopi

SOMASENS® est une marque de la SASU FONTE YOANN au capital de 3000 euros
SIRET 948 573 662 00020 – RCS CANNES – NAF 8559A – NDA 93830720983
Siège social : 251 chemin des gourettes – Les bureaux du soleil BAT A – 06370 MOUANS SARTOUX
Tél : 06 28 61 57 69 – contact@somasens.fr – www.somasens.fr

Les méthodes enseignées (massages, phytologie, énergétique) visent exclusivement la détente et le bien-être. Elles n'ont aucune visée médicale, paramédicale, kinésithérapique ni esthétique. Les informations délivrées ne se substituent en aucun cas à un avis médical.

SOMMAIRE

1. Informations générales et Équipe

2. Public concerné et prérequis

3. Objectifs, compétences et aptitudes

4. Moyens pédagogiques et techniques

5. Déroulement de la formation

6. Modalités d'évaluation et sanctions

7. Accessibilité et Inclusion

8. Indicateurs de résultats

9. Matériel nécessaire

10. Tarifs et délais

11. Débouchés

SOMASENS® est une marque de la SASU FONTE YOANN au capital de 3000 euros
SIRET 948 573 662 00020 – RCS CANNES – NAF 8559A – NDA 93830720983
Siège social : 251 chemin des gourettes – Les bureaux du soleil BAT A – 06370 MOUANS SARTOUX
Tél : 06 28 61 57 69 – contact@somasens.fr – www.somasens.fr

Les méthodes enseignées (massages, phytologie, énergétique) visent exclusivement la détente et le bien-être. Elles n'ont aucune visée médicale, paramédicale, kinésithérapique ni esthétique. Les informations délivrées ne se substituent en aucun cas à un avis médical.

1. Informations générales et Équipe

Intitulé	**Anatomie et physiologie humaine**
Code Formation	1.3
Modalité	**DISTANCIEL**
Format	**INDIVIDUEL**
Durée totale	1 jour (7 h)
Capacité	1 personne

ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE (QUALIFICATION) :

Yoann Fonte : *Praticien expert en massages de bien-être, spécialisé en techniques myofasciales profondes, circulatoires et en approche tissulaire, ainsi qu'en sonothérapie. Son approche est essentiellement psychocorporelle. Il est également praticien en psychothérapie, sexothérapie et thérapie de couple, ainsi qu'auteur d'ouvrages de développement personnel.*

2. Public concerné et prérequis

- Prérequis de connaissances : aucun prérequis en termes d'expérience, de compétences ou de diplômes/certificats préalables.
- Accessible à toute personne majeure disposant des connaissances informatiques suffisantes pour suivre l'enseignement en visioconférence et procéder aux signatures et évaluations numériques.
- Prérequis physiques : aucun prérequis physique spécifique. Toute situation de handicap fera l'objet d'une étude pour aménagements raisonnables.

3. Objectifs, compétences et aptitudes

Les objectifs visés sont les suivants :
Ce module de formation s'adresse aux professionnels en massages de bien-être en devenir ou déjà installés.

La seule connaissance de protocoles de massages est insuffisante pour garantir une prestation de qualité. Ainsi, ce module permet d'assimiler le fonctionnement du corps humain afin d'offrir un meilleur accompagnement et, de mieux

SOMASENS® est une marque de la SASU FONTE YOANN au capital de 3000 euros
SIRET 948 573 662 00020 – RCS CANNES – NAF 8559A – NDA 93830720983
Siège social : 251 chemin des gourettes – Les bureaux du soleil BAT A – 06370 MOUANS SARTOUX
Tél : 06 28 61 57 69 – contact@somasens.fr – www.somasens.fr

Les méthodes enseignées (massages, phytologie, énergétique) visent exclusivement la détente et le bien-être. Elles n'ont aucune visée médicale, paramédicale, kinésithérapique ni esthétique. Les informations délivrées ne se substituent en aucun cas à un avis médical.

intégrer les bienfaits et contre-indications relatifs au massage de bien-être.

Comprendre l'architecture humaine est la clé pour donner du sens à chaque manœuvre. Ce module explore les grands systèmes (squelettique, musculaire, nerveux...) et leurs liens avec le massage. Cette maîtrise permet d'expliquer concrètement les bienfaits physiologiques aux clients et d'adapter sa pratique avec une précision anatomique rigoureuse.

Les compétences et aptitudes visées sont les suivantes :
- Expliquer le fonctionnement global du corps humain, du niveau cellulaire à l'organisme ;
- Nommer et situer les principaux os et muscles du système locomoteur ;
- Relier les différents systèmes de l'organisme pour analyser les problématiques des clients ;
- Identifier les principales physiopathologies pour en déduire les contre-indications au massage ;
- Argumenter les bienfaits physiologiques du massage pour rassurer et informer le client.

4. Moyens pédagogiques et techniques

Les moyens pédagogiques sont les suivants :
- Méthode d’enseignement active et participative en direct sur Google Meet.

Les moyens techniques à disposition sont les suivants :
Livret de formation numérique comportant textes, photos et schémas nécessaires à la bonne compréhension de l’enseignement.

5. Déroulement de la formation

Dans le cadre d'un enseignement actif et participatif, les réponses aux questions se font en temps réel. Les horaires sont susceptibles d'être adaptés en fonction de la progression de la formation.

MATIN (3h00)
09h15 : Accueil du stagiaire jusqu'à 09h30
09h30 : Présentation du stagiaire, de son projet professionnel et du déroulé de la formation
09h45 : Généralités : les niveaux d'organisation du corps humain, l'homéostasie, les rythmes biologiques, les régions du corps
10h00 : Le système squelettique : structure et fonctions, articulations, les os principaux, problématiques et troubles courants, les bienfaits du massage
10h30 : Le système musculaire : les types de muscles, les muscles principaux, problématiques et troubles courants, les bienfaits du massage
11h00 : Pause
11h15 : Le système nerveux : neurones et névroglie, le système nerveux central, le système nerveux périphérique, problématiques et troubles courants, les bienfaits du massage
11h45 : Le système endocrinien : les hormones, les glandes endocrines et exocrines, problématiques et troubles courants, les bienfaits du massage
12h30 : Déjeuner

SOMASENS® est une marque de la SASU FONTE YOANN au capital de 3000 euros
SIRET 948 573 662 00020 – RCS CANNES – NAF 8559A – NDA 93830720983
Siège social : 251 chemin des gourettes – Les bureaux du soleil BAT A – 06370 MOUANS SARTOUX
Tél : 06 28 61 57 69 – contact@somasens.fr – www.somasens.fr

Les méthodes enseignées (massages, phytologie, énergétique) visent exclusivement la détente et le bien-être. Elles n'ont aucune visée médicale, paramédicale, kinésithérapique ni esthétique. Les informations délivrées ne se substituent en aucun cas à un avis médical.

APRES-MIDI (4h00)
13h30 : Le système cardiovasculaire : la circulation sanguine, le sang, le cœur, problématiques et troubles courants, les bienfaits du massage
14h00 : Le système lymphatique : les structures lymphatiques, problématiques et troubles courants, les bienfaits du massage
14h30 : Le système respiratoire : anatomie de l'appareil respiratoire, la mécanique respiratoire, problématiques et troubles courants, les bienfaits du massage
15h00 : Pause
15h15 : Le système digestif : les organes du système digestif, le métabolisme, processus digestifs, problématiques et troubles courants, les bienfaits du massage
15h45 : Le système tégumentaire : la structure et la perméabilité de la peau, problématiques et troubles courants, les bienfaits du massage
16h15 : Le système immunitaire : anatomie du système immunitaire, problématiques et troubles courants, les bienfaits du massage
16h45 : Évaluation écrite
17h15 : Bilan de fin de formation et questions-réponses
17h30 : Fin de la formation

6. Modalités d'évaluation et sanctions

Les modalités d'évaluation des acquis sont :
- Évaluation théorique écrite en fin de module. Notation sur 20 points. 10 points minimum pour valider le module.

Les sanctions visées sont :
- Attestation (non certifiant au sens de France Compétences) et certificat de réalisation remis en fin de module.

7. Accessibilité et Inclusion

Personnes en situation de handicap :
Somasens s'engage pour l'égalité des chances et l'inclusion. Nos formations sont ouvertes à tous. Si vous êtes en situation de handicap, nous vous invitons à contacter notre Référent Handicap, Yoann Fonte, au 06 28 61 57 69 ou par email en amont de votre inscription.
Nous étudierons ensemble, et en toute confidentialité, les aménagements pédagogiques, matériels ou organisationnels nécessaires à la bonne réussite de votre parcours. Pour cela, nous nous appuyons sur un réseau de partenaires experts (RHF, AGEFIPH, Cap Emploi) afin de sécuriser votre apprentissage.

Personnes en situation précaire :
Nous avons à cœur de rendre nos enseignements accessibles. Si vous rencontrez des difficultés financières, vous pouvez nous en faire part. Des solutions d'échelonnement de paiement peuvent être envisagées en interne, et nous pourrons vous orienter vers nos partenaires sociaux, tels que le CCAS de Mouans-Sartoux, pour étudier d'éventuels dispositifs d'aide.

SOMASENS® est une marque de la SASU FONTE YOANN au capital de 3000 euros
SIRET 948 573 662 00020 – RCS CANNES – NAF 8559A – NDA 93830720983
Siège social : 251 chemin des gourettes – Les bureaux du soleil BAT A – 06370 MOUANS SARTOUX
Tél : 06 28 61 57 69 – contact@somasens.fr – www.somasens.fr

Les méthodes enseignées (massages, phytologie, énergétique) visent exclusivement la détente et le bien-être. Elles n'ont aucune visée médicale, paramédicale, kinésithérapique ni esthétique. Les informations délivrées ne se substituent en aucun cas à un avis médical.

Personnes en réinsertion ou recherche d'emploi :
La formation est un formidable levier de rebond professionnel. Somasens vous accompagne dans vos démarches de reprise d'activité. Nous tenons à votre disposition les devis et programmes nécessaires au montage de vos dossiers de financement, et pouvons faire le lien avec France Travail ou votre conseiller en évolution professionnelle.

8. Indicateurs de résultats

Taux de réussite : 100%
(Calculé selon la validation des évaluations pratiques/théoriques - Depuis 02/2023 et selon étude du 04/2026)

Taux de satisfaction : 99%
(Calculé selon les réponses aux questionnaires à chaud - Depuis 02/2023 et selon étude du 04/2026)

9. Matériel nécessaire

- Bloc note, crayons, stylos, surligneurs.
- Un ordinateur (ou tablette) avec webcam et microphone fonctionnels.
- Une connexion internet haut débit.
- Un navigateur web compatible avec Google Meet (type Google Chrome).
- Adobe Acrobat Reader ou équivalent pour la lecture des documents au format PDF.

10. Tarifs et délais

Tarifs en format individuel :
- 350 € net (exempt de TVA) pour un financement personnel.
- 400 € net (exempt de TVA) pour un financement par un organisme.

Délais administratifs :
- Dès le règlement et la signature du contrat pour les financements personnels.
- 30 jours minimum pour un financement par un organisme.

Délais d'accès à la formation :
- De 1 à 3 mois pour une formation individuelle ou collective au sein de vos locaux (intra-entreprise).
- De 1 à 3 mois pour une formation individuelle au sein de nos locaux (inter-entreprise).

Modalités de financement :
Pour découvrir vos possibilités de prise en charge (OPCO, FAF, France Travail...) et être accompagné(e) dans vos démarches, veuillez consulter notre catalogue ou notre site internet.

11. Débouchés

- Emploi salarié ou freelance dans un centre de bien-être, un spa, un centre esthétique...,
- Création d'un centre de bien-être proposant des prestations performantes et novatrices,

SOMASENS® est une marque de la SASU FONTE YOANN au capital de 3000 euros
SIRET 948 573 662 00020 – RCS CANNES – NAF 8559A – NDA 93830720983
Siège social : 251 chemin des gourettes – Les bureaux du soleil BAT A – 06370 MOUANS SARTOUX
Tél : 06 28 61 57 69 – contact@somasens.fr – www.somasens.fr

Les méthodes enseignées (massages, phytologie, énergétique) visent exclusivement la détente et le bien-être. Elles n'ont aucune visée médicale, paramédicale, kinésithérapique ni esthétique. Les informations délivrées ne se substituent en aucun cas à un avis médical.

- Ouverture d'un cabinet en libéral,
- Prestations à domicile,
- Intervention en institution, en association...,
- Prestations en salle de sport, hôtellerie, camping, yacht...

SOMASENS® est une marque de la SASU FONTE YOANN au capital de 3000 euros
SIRET 948 573 662 00020 – RCS CANNES – NAF 8559A – NDA 93830720983
Siège social : 251 chemin des gourettes – Les bureaux du soleil BAT A – 06370 MOUANS SARTOUX
Tél : 06 28 61 57 69 – contact@somasens.fr – www.somasens.fr

Les méthodes enseignées (massages, phytologie, énergétique) visent exclusivement la détente et le bien-être. Elles n'ont aucune visée médicale, paramédicale, kinésithérapique ni esthétique. Les informations délivrées ne se substituent en aucun cas à un avis médical.