



SPE 05

MASSAGE DRAINANT SYNERGIE



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

- 1 / 7 -

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 ou kinésithérapique. 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**



1. Informations générales et Équipe

Intitulé	Massage Drainant Synergie
Code Formation	SPE 05
Modalité	PRÉSENTIEL
Format	INDIVIDUEL
Durée totale	2 jours (14 h)
Capacité	1 personne

ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE (QUALIFICATION) :

Cindy Philippe : Praticienne en massages de bien-être, en massages énergétiques chinois, ainsi qu'en Médecine Traditionnelle Chinoise. Elle accompagne au bien-être global et notamment énergétique.

Yoann Fonte : Massothérapeute spécialisé en techniques tissulaires profondes, circulatoires et en fasciathérapie, ainsi que sonothérapeute. 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.
- Prérequis administratifs : accessible à toute personne majeure.
- Prérequis physiques : aptitude à la station debout prolongée et à l'effort articulaire (mains/épaules). 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. Il consiste en l'acquisition des connaissances relatives au massage drainant synergie de 60 minutes, aussi bien en termes de techniques que de bienfaits et de contre-indications.

Les méthodes et techniques employées s'inspirent des massages drainants brésilien et danois pour offrir une synergie particulièrement efficace et adaptable en toute situation. Le massage drainant brésilien se pratique avec une huile de support et associe des manœuvres de pompages et de glissés dynamiques. Le massage circulatoire danois, quant à lui, est proposé ici dans une version plus contemporaine, sans huile, avec des manœuvres de pressions, de vibrations et d'étirements.

Les bienfaits recherchés sont notamment de favoriser la sensation de légèreté corporelle, de stimuler la vitalité globale, d'accompagner la détente musculaire et de permettre une meilleure récupération globale, particulièrement après l'effort (idéal pour les sportifs).

Les compétences et aptitudes visées sont les suivantes :

- Accueillir un client et lui proposer une séance adaptée ;
- Identifier les contre-indications et formuler les bienfaits spécifiques, ainsi que la théorie propre à la pratique ;
- Exécuter le protocole de massage drainant synergie de 60 minutes et le restituer de manière hygiénique et sécuritaire, aussi bien pour le praticien que pour le client ;
- Adapter sa technique, son rythme et sa pression en fonction des besoins et attentes du client.

4. Moyens pédagogiques et techniques

Les moyens pédagogiques sont les suivants :

- Pratique des entretiens sous la forme de « jeux de rôles » avec le formateur.
- Méthode d'enseignement active et participative.
- Pratique des massages sur un modèle et réception des massages par le formateur.

Les moyens techniques à disposition sont les suivants :

- Livret de formation papier comportant textes, photos et schémas nécessaires à la bonne compréhension de l'enseignement.
- Planches et schémas anatomique et des méridiens énergétiques à disposition.
- Tableau blanc, feutres, tables et chaises.
- Tables de massage.

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.

JOUR 1 (7h00)

MATIN (3h00)

09h00 : Accueil jusqu'à 9h30

09h30 : Présentation du stagiaire, de son projet professionnel et du déroulé de la formation

09h45 : Histoire, bienfaits et contre-indications

10h15 : Anatomie et physiologie du système lymphatique

11h15 : Pause

11h30 : Démonstration du protocole de massage circulatoire danois contemporain de l'abdomen

11h45 : Mise en pratique du protocole de massage circulatoire danois contemporain de l'abdomen + réception
12h30 : Déjeuner

APRES-MIDI (4h00)

13h30 : Démonstration du protocole de massage circulatoire danois contemporain des membres inférieurs sur les deux faces
13h45 : Mise en pratique du protocole de massage circulatoire danois contemporain des membres inférieurs sur les deux faces + réception
14h45 : Démonstration du protocole de massage circulatoire danois contemporain des membres supérieurs
15h00 : Mise en pratique du protocole de massage circulatoire danois contemporain des membres supérieurs + réception
15h30 : Pause
15h45 : Démonstration du protocole de massage circulatoire danois contemporain du visage
16h00 : Mise en pratique du protocole de massage circulatoire danois contemporain du visage
16h15 : Mise en pratique du protocole complet de massage circulatoire danois
17h15 : Bilan de la journée et questions-réponses
17h30 : Fin de la journée

JOUR 2 (7h00)

MATIN (3h00)

09h00 : Accueil jusqu'à 9h30
09h30 : Révision de la veille et questions-réponses
09h45 : Démonstration du protocole de massage drainant brésilien des membres inférieurs face antérieure
10h00 : Mise en pratique du protocole de massage drainant brésilien des membres inférieurs face antérieure + réception
11h00 : Pause
11h15 : Démonstration du protocole de massage drainant brésilien du ventre
11h30 : Mise en pratique du protocole de massage drainant brésilien du ventre + réception
12h30 : Déjeuner

APRES-MIDI (4h00)

13h30 : Démonstration du protocole de massage drainant brésilien des membres supérieurs
13h45 : Mise en pratique du protocole de massage drainant brésilien des membres supérieurs + réception
14h15 : Démonstration du protocole de massage drainant brésilien membres inférieurs face postérieure
14h30 : Mise en pratique du protocole de massage drainant brésilien membres inférieurs face postérieure + réception
15h15 : Pause
15h30 : Démonstration du protocole de massage drainant brésilien du dos, épaules et nuque
15h45 : Mise en pratique du protocole de massage drainant brésilien du dos, épaules et nuque + réception
16h15 : Mise en pratique du protocole complet de massage drainant brésilien
17h15 : Bilan de la journée et questions-réponses
17h30 : Fin de la formation

6. Modalités d'évaluation et sanctions

Les modalités d'évaluation des acquis sont :

- Évaluation pratique en continu lors du module. Cinq critères de notation sur 20 points. 10 points minimum pour valider un critère. 60 points total au minimum pour valider l'aspect pratique du 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 pourrions vous orienter vers nos partenaires sociaux, tels que le CCAS de Mouans-Sartoux, pour étudier d'éventuels dispositifs d'aide.

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 03/2025 et selon étude du 04/2026)

Taux de satisfaction : 100%

(Calculé selon les réponses aux questionnaires à chaud - Depuis 03/2025 et selon étude du 04/2026)

9. Matériel nécessaire

- Bloc note, crayons, stylos, surligneurs.
- Tenue souple et confortable, chaussons ou chaussettes épaisses.
- Maillot de bain (deux pièces impérativement pour les femmes) ou sous-vêtements salissables.

- Drap housse, futa ou grande serviette (80 x 190cm minimum) pour protéger la table.
- Grande serviette (80 x 190cm minimum) ou futa pour se couvrir.
- Serviette moyenne (40 x 80cm minimum) pour le jeu de serviette poitrine.
- Protège-tête ou une petite serviette (30 x 50cm minimum).
- Serviette essuie-main.
- Flacon d'huile végétale neutre (amande douce, noyau d'abricot, pépins de raisin...), idéalement de qualité biologique, avec poussoir.

10. Tarifs et délais

Tarifs en format individuel :

- 900 € net (exempt de TVA) pour un financement personnel.
- 900 € 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,
- Ouverture d'un cabinet en libéral,
- Prestations à domicile,
- Intervention en institution, en association...,
- Prestations en salle de sport, hôtellerie, camping, yacht...