SPE 07

MASSAGE ABDOMINAL TAOÏSTE (INSPIRATION CHI NEI TSANG)



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	**Massage Abdominal Taoïste (inspiration Chi Nei Tsang)**
Code Formation	SPE 07
Modalité	**PRÉSENTIEL**
Format	**COLLECTIF**
Durée totale	5 jours (35 h)
Capacité	De 2 à 6 pers.

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.*

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 abdominal taoïste (inspiration Chi Nei Tsang), aussi bien en termes de techniques que de bienfaits et de contre-indications.

Le massage abdominal taoïste est une approche holistique profonde qui se concentre sur l'abdomen, véritable "deuxième cerveau" et siège de nos émotions. En alliant le toucher viscéral, l'écoute tissulaire (fascias) et le travail sur la respiration, cette technique permet de détoxifier les organes, de libérer les charges émotionnelles stagnantes

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.

(énergies négatives) et de restaurer la vitalité globale (Qi). Le praticien y apprend à dialoguer avec l'intelligence du corps à travers les principes de la médecine traditionnelle chinoise et le cycle des 5 éléments.

Les compétences et aptitudes visées sont les suivantes :
- Accueillir un client et lui proposer une séance de massage abdominal taoïste (inspiration Chi Nei Tsang) adaptée à ses besoins physiques et psycho-émotionnels ;
- Identifier les contre-indications strictes et formuler les bienfaits spécifiques de cette pratique abdominale profonde ;
- Appliquer les principes de la médecine traditionnelle chinoise (les 5 éléments, la circulation du Qi) dans l'analyse et le toucher des organes ;
- Exécuter les techniques manuelles spécifiques : ouverture des "Portes des Vents", travail sur les fascias, pompages et massages ciblés des organes (Foie, Rate, Poumons, Cœur, Reins, Intestins) ;
- Accompagner la libération émotionnelle par un toucher juste ("la main qui écoute", "le doigt soutenu") et guider la respiration du receveur ("les 3 ballons") ;
- Développer sa propre posture énergétique (ancrage, protection et nettoyage du praticien) pour garantir un soin sécuritaire et éviter l'épuisement.

4. Moyens pédagogiques et techniques

Les moyens pédagogiques sont les suivants :
- Pratique des entretiens sous la forme de « jeux de rôles » avec les autres stagiaires ou le formateur.
- Méthode d’enseignement active et participative.
- Pratique des massages en binôme avec un autre stagiaire, ou sur un modèle si nécessaire.

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 du groupe.

JOUR 1 : Les fondements taoïstes et l'ouverture du corps (7h00)
MATIN (3h00)
09h15 : Accueil des stagiaires jusqu'à 09h30
09h30 : Présentation des stagiaires, du déroulé de la formation et pratique énergétique (type Qi Gong)
10h15 : Introduction au Massage Abdominal Taoïste (inspiration Chi Nei Tsang) : origines taoïstes, le deuxième cerveau (microbiote) et le cycle des 5 éléments
11h00 : Pause
11h15 : Les émotions et les organes : théorie et mise en pratique des 6 sons d'harmonisation
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 : La posture du praticien (ancrage, protection) et préparation du corps du receveur (le Poisson d'Or)
14h15 : La respiration complète des 3 ballons (pelvien, thoracique, cervical) : démonstration et mise en pratique
15h15 : Pause
15h30 : Anatomie des fascias, toucher d'écoute et ouverture des "Portes des Vents" (racines du nombril et aine) : démonstration et mise en pratique
17h00 : Bilan de la journée et questions-réponses
17h30 : Fin de la journée

JOUR 2 : Détoxification tissulaire et Gros Intestin (7h00)
MATIN (3h00)
09h15 : Accueil des stagiaires jusqu'à 09h30
09h30 : Révision de la veille et questions-réponses, pratique énergétique (type Qi Gong)
10h15 : Détoxifier la peau (écoper, presser, palper-rouler) : démonstration et mise en pratique
11h15 : Pause
11h30 : Le Gros Intestin : anatomie, émotions (lâcher-prise) et libération des voies d'évacuation (côlon descendant, sigmoïde)
12h30 : Déjeuner

APRES-MIDI (4h00)
13h30 : Démonstration du protocole complet de massage du Gros Intestin (côlon ascendant, transverse, descendant)
13h45 : Mise en pratique du massage du Gros Intestin
15h15 : Pause
15h30 : Lecture des tractions du nombril (carte des 8 directions) et intégration avec les Portes des Vents
17h00 : Bilan de la journée et questions-réponses
17h30 : Fin de la journée

JOUR 3 : L'Élément Terre (Estomac/Rate) et l'Élément Bois (Foie/Vésicule) (7h00)
MATIN (3h00)
09h15 : Accueil des stagiaires jusqu'à 09h30
09h30 : Révision de la veille et questions-réponses, pratique énergétique (type Qi Gong)
10h15 : L'élément Terre (Estomac, Rate) : théorie, émotions (soucis, rumination) et démonstration du protocole
11h00 : Pause
11h15 : Mise en pratique du protocole de la Terre (pompage, technique du bec de héron)
12h30 : Déjeuner

APRES-MIDI (4h00)
13h30 : L'élément Bois (Foie, Vésicule Biliaire) : théorie, émotions (colère, frustration) et démonstration de la décongestion hépatique
14h15 : Mise en pratique du protocole du Bois (crochetage sous costal, lissage du lobe droit)
15h15 : Pause
15h30 : Mise en pratique de l'enchaînement : Intestins + Terre + Bois
17h00 : Bilan de la journée et questions-réponses
17h30 : Fin de la journée

JOUR 4 : L'Élément Métal (Poumons) et l'Élément Feu (Cœur/Plexus) (7h00)

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.

MATIN (3h00)
09h15 : Accueil des stagiaires jusqu'à 09h30
09h30 : Révision de la veille et questions-réponses, pratique énergétique (type Qi Gong)
10h15 : L'élément Métal (Poumons) : théorie, émotions (tristesse) et démonstration (point Zhong Fu, ratissage intercostal)
11h00 : Pause
11h15 : Mise en pratique du protocole du Métal et libération du diaphragme
12h30 : Déjeuner

APRES-MIDI (4h00)
13h30 : L'élément Feu (Cœur, Intestin Grêle) : théorie, émotions (impatience, joie) et démonstration de l'ouverture du "Palais des émotions" (plexus solaire)
14h15 : Mise en pratique du protocole du Feu (point Shenmen, apaisement du Maître Cœur)
15h15 : Pause
15h30 : Mise en pratique de l'enchaînement complet des éléments étudiés
17h00 : Bilan de la journée et questions-réponses
17h30 : Fin de la journée

JOUR 5 : L'Élément Eau (Reins/Psoas), Alchimie Interne et Évaluation (7h00)
MATIN (3h00)
09h15 : Accueil des stagiaires jusqu'à 09h30
09h30 : Révision de la veille et questions-réponses, pratique énergétique (type Qi Gong)
10h15 : L'élément Eau (Reins, Vessie) et le Psoas ("muscle de l'âme") : théorie et émotions (peurs, angoisses)
10h45 : Pause
11h00 : Démonstration et mise en pratique du relâchement du Psoas (inhibition réciproque) et de la pompe du pubis
12h30 : Déjeuner

APRES-MIDI (4h00)
13h30 : Alchimie interne (union du Feu et de l'Eau), clôture de séance (tapotements) et nettoyage énergétique du praticien : démonstration et pratique
14h15 : Mise en pratique du protocole complet du Massage Abdominal Taoïste GROUPE 1
15h30 : Pause
15h45 : Mise en pratique du protocole complet du Massage Abdominal Taoïste GROUPE 2
17h00 : Bilan de fin de formation
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.

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.

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.

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

Nouvelle formation au catalogue (pas de données actuellement).

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, fouta ou grande serviette (80 x 190cm minimum) pour protéger la table.
- Grande serviette (80 x 190cm minimum) ou fouta pour se couvrir.
- Serviette moyenne (40 x 80cm minimum) pour le jeu de serviette poitrine.
- Protège-têtière 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 collectif :
- 1 250 € net (exempt de TVA) pour un financement personnel.

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.

- 1 250 € 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 :
- Jusqu'à 6 mois (voir planning) pour une formation collective dans nos locaux (inter-entreprise).
- 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...

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.