

MASSAGE SPORTIF EQUIN

PROGRAMME INITIATION

La journée d'initiation permet au stagiaire de confirmer (ou pas) son intérêt pour le massage sportif équin, et ainsi d'enchaîner sur le stage « Perfectionnement 1 ».

PUBLIC VISE – PRE-REQUIS :

Aucun pré-requis n'est demandé. Cependant, une première approche des chevaux est recommandée.

OBJECTIFS : ACTIONS D'ACQUISITIONS, D'ENTRETIEN OU DE PERFECTIONNEMENT DES CONNAISSANCES

A l'issue de la journée d'initiation, le stagiaire sera capable de :

- pratiquer 5 techniques de massage et d'acupression,
- sentir des douleurs musculaires,
- nommer les muscles sur 5 zones,
- masser un cheval sur ces zones,
- reconnaître quand ne pas pratiquer de massage.

CONTENU :

- définition du massage sportif équin,
- nom, localisation et fonction de certains muscles,
- apprentissage de 5 gestes du massage et de l'acupression : compression, percussion, palpation,...
- techniques : localisation d'un problème, ouverture/fermeture du muscle, traitement du problème, appliquées à chaque zone déterminée,
- avantages et limites du massage,
- trucs et astuces pour être efficace en sécurité.

MOYENS PEDAGOGIQUES :

- support de stage (23 pages),
- théorie en salle,
- pratique et exercices techniques sur des chevaux dans une écurie
- attestation de stage.

CONDITIONS MATERIELLES :

- durée : 7 heures
- lieu : Les Authieux du Puits dans L'Orne
- prix : 180 €.
- conditions de paiement : règlement de 30 % à la signature de la convention de stage, le solde le 1^{er} jour de stage.
- une tenue vestimentaire souple et des ongles courts sont demandés.



MASSAGE SPORTIF EQUIN
PROGRAMME PERFECTIONNEMENT 1

PUBLIC VISE – PRE-REQUIS : (Obligation d'avoir suivi la journée d'initiation)

Aucun pré-requis n'est demandé. Cependant, une première approche des chevaux est recommandée.

OBJECTIFS : ACTIONS D'ACQUISITIONS, D'ENTRETIEN OU DE PERFECTIONNEMENT DES CONNAISSANCES

A l'issue du stage, le stagiaire sera capable de :

- pratiquer les techniques de massage et d'acupression,
- sentir des douleurs musculaires,
- nommer et situer les muscles (28 zones),
- masser un cheval en totalité,
- reconnaître quand ne pas pratiquer de massage.

CONTENU :

- définition du massage sportif équin,
- nom, localisation et fonction des muscles,
- 9 gestes du massage et de l'acupression : compression, percussion, palpation,...
- techniques : identification d'un problème, ouverture/fermeture du muscle, traitement du problème, appliquées à chaque zone déterminée,
- avantages et limites du massage,
- trucs et astuces pour être efficace en sécurité.

MOYENS PEDAGOGIQUES :

- support de stage (48 pages),
- théorie en salle,
- pratique et exercices techniques sur des chevaux dans une écurie,
- attestation de stage.

CONDITIONS MATERIELLES :

- durée : 28 heures
- lieu : Les Authieux du Puits dans l'Orne
- prix : 990 €.
- conditions de paiement : règlement de 30 % à la signature de la convention de stage, le solde à l'entrée en stage
- une tenue vestimentaire souple et des ongles courts sont demandés.



MASSAGE SPORTIF EQUIN
PROGRAMME PERFECTIONNEMENT 2

PUBLIC VISE – PRE-REQUIS :

Avoir validé le module «Perfectionnement 1».

OBJECTIFS : ACTIONS D'ACQUISITIONS, D'ENTRETIEN OU DE PERFECTIONNEMENT
DES CONNAISSANCES

A l'issue du stage, le stagiaire sera capable de :

- utiliser de nouvelles techniques de massage et d'acupression sur de nouvelles zones,
- travailler sur l'énergie et les chakra
- pratiquer du stretching.

CONTENU :

- révision du module Perfectionnement 1,
- 5 nouveaux gestes du massage, et de nouveaux points d'acupression
- techniques : identification d'un problème, ouverture/fermeture du muscle, traitement du problème, appliquées à chaque zone déterminée,
- travail sur les lignes énergétiques, découverte des chakra,
- gestes et techniques de stretching,
- communication avec le cheval

MOYENS PEDAGOGIQUES :

- support de stage (8 pages)
- théorie en salle,
- pratique et exercices techniques sur des chevaux dans une écurie,
- attestation de stage.

CONDITIONS MATERIELLES :

- durée : 21 heures
- lieu : Les Authieux du Puits dans L'Orne
- prix : 700 €.
- conditions de paiement : règlement de 30 % à la signature de la convention de stage, le solde à l'entrée en stage
- une tenue vestimentaire souple et des ongles courts sont demandés.



MASSAGE SPORTIF EQUIN

PROGRAMME PIERRES CHAUDES & AROMATHERAPIE

PUBLIC VISE – PRE-REQUIS :

Aucun pré-requis n'est demandé. Cependant, une première approche des chevaux est recommandée.

OBJECTIFS : ACTIONS D'ACQUISITIONS, D'ENTRETIEN OU DE PERFECTIONNEMENT DES CONNAISSANCES

A l'issue de la journée, le stagiaire sera capable de :

- masser certaines zones du cheval avec les pierres chaudes,
- connaître l'emploi de certaines huiles essentielles

CONTENU :

LE MATIN : PIERRES CHAUDES

- définition du massage sportif équin
- origine des pierres chaudes,
- utilisation
- pratique : massages avec les pierres chaudes

L'APRES-MIDI : AROMATHERAPIE

- définition,
- quelles huiles essentielles ?
- pour quels usages ?
- Pratique : massages avec les pierres chaudes et les huiles essentielles

MOYENS PEDAGOGIQUES :

- support de stage (19 pages)
- théorie en salle,
- pratique et exercices techniques sur des chevaux dans une écurie,
- attestation de stage.

CONDITIONS MATERIELLES :

- durée : 7 heures
- lieu : Les Authieux du Puits dans L'Orne
- prix : 180 €.
- conditions de paiement : règlement de 30 % à la signature de la convention de stage, le solde le 1^{er} jour de stage.
- une tenue vestimentaire souple et des ongles courts sont demandés.

