

## **MASSAGE SPORTIF EQUIN**

### **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 Perfectionnement 1.

#### PUBLIC VISE – PRE-REQUIS :

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

#### OBJECTIFS :

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,
- Savoir 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 formation (23 pages),
- Théorie en salle,
- Pratique et exercices techniques sur des chevaux dans une écurie.

#### CONDITIONS MATERIELLES :

- Durée : 7 heures
- Lieu : Normandie (Saint-Léonard-des-Parcs) ou Ile D'Oléron (17310)
- Prix : 210 € TTC. Une attestation de stage est remise à la fin de la formation.
- Conditions de paiement : règlement de 30 % à la signature de la convention de stage, le solde 5 jours avant le début du stage.
- Une tenue vestimentaire souple et des ongles courts sont demandés.



## **MASSAGE SPORTIF EQUIN PERFECTIONNEMENT 1**

### PUBLIC VISE – PRE-REQUIS :

Obligation d'avoir suivi la journée d'initiation.

### OBJECTIFS :

A l'issue de la formation, 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 formation (48 pages),
- Théorie en salle,
- Pratique et exercices techniques sur des chevaux dans une écurie.

### CONDITIONS MATERIELLES :

- Durée : 28 heures
- Lieu Normandie (Saint-Léonard-des-Parcs) ou Ile D'Oléron (17310)
- Prix : 1100€ TTC.  
Une attestation de stage est remise à la fin de la formation
- Conditions de paiement : règlement de 30 % à la signature de la convention de Stage, le solde 5 jours avant le début du stage.
- Une tenue vestimentaire souple et des ongles courts sont demandés.



# **MASSAGE SPORTIF EQUIN**

## **PERFECTIONNEMENT 2**

### PUBLIC VISE – PRE-REQUIS :

Avoir validé le module « Perfectionnement 1 ».

### OBJECTIFS :

A l'issue de la formation, 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 formation (8 pages)
- Théorie en salle,
- Pratique et exercices techniques sur des chevaux dans une écurie.

### CONDITIONS MATERIELLES :

- Durée : 21 heures
- Lieu : Normandie (Saint-Léonard-des-Parcs) ou Ile D'Oléron (17310)
- Prix : 850€ TTC. Une attestation de stage est remise à la fin du stage.
- Conditions de paiement : règlement de 30 % à la signature de la convention de stage, le solde 5 jours avant le début du stage.
- Une tenue vestimentaire souple et des ongles courts sont demandés



## **MASSAGE SPORTIF EQUIN PIERRES CHAUDES ET AROMATHERAPIE**

### PUBLIC VISE – PRE-REQUIS :

Aucun prérequis n'est demandé. Cependant, une première approche des chevaux est recommandée.

### OBJECTIFS :

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 formation (19 pages)
- Théorie en salle,
- Pratique et exercices techniques sur des chevaux dans une écurie,
- Une attestation de formation.

### CONDITIONS MATERIELLES :

- Durée : 7 heures
- Lieu : Normandie (Saint-Léonard-des-Parcs) ou Ile D'Oléron (17310)
- Prix : 210€ TTC. Une attestation de stage est remise en fin de stage.
- Conditions de paiement : règlement de 30 % à la signature de la convention de stage, le solde 5 jours avant le début du stage.
- Une tenue vestimentaire souple et des ongles courts sont demandés.

