

Pratiquer un massage par des techniques minceur

RS7460 · RS · Publiée

L'essentiel

Code(s) NSF	330
Formacode(s)	43445
Type d'enregistrement	Enregistrement sur demande
Date d'enregistrement	18/12/2025
Date d'échéance	18/12/2027

Certificateur(s)

TEMANA · SIRET : 51489339500020

Résumé de la certification

OBJECTIFS ET CONTEXTE

La certification s'adresse aux professionnels du massage bien-être (praticien en massage bien-être, praticien spa) intervenant dans les salons de massages, spas, en statut salarié ou indépendant, et aux esthéticiens pratiquant le massage bien-être dans leur institut, ayant le projet de diversifier leur offre de massage bien-être en proposant des massages basés sur des techniques minceur.

La certification vise à faire valider l'acquisition de compétences techniques de massages minceur spécifiques.

Cette certification vise à doter ces professionnels d'un ensemble de compétences pointues et diversifiées, allant de la conception de cures personnalisées à l'application des principales techniques manuelles spécifiques telles que le palper-rouler, le massage drainant, le Tuina minceur et la Madérothérapie, et à l'intégration d'appareils de massage minceur professionnels leur permettant de proposer des prestations tendances et à la pointe de la technologie.

COMPÉTENCES ATTESTÉES

- Concevoir une cure de massage minceur personnalisée, en sélectionnant le ou les types de massage adaptés, le nombre de séances et leur récurrence en fonction des attentes et besoins spécifiques du client et des bénéfices visés de chaque technique, tout en prenant en compte ses contraintes (situation de handicap, massage habillé, zones à éviter...) ou contre-indications particulières, afin de lui proposer une prestation appropriée et sécurisée.
- Appliquer les techniques minceur spécifiques de palper-rouler manuel, sur les zones adipeuses du corps (ventre, fesses, cuisses...), en exécutant des pincements et malaxages dans un mouvement de rouleau continu, afin de favoriser l'élimination des adiposités et stimuler la micro-circulation sanguine.
- Appliquer les techniques minceur spécifiques de massage drainant, le long des vaisseaux lymphatiques, en exécutant des pressions d'intensité variable dans des mouvements rotatifs, afin de stimuler la circulation de la lymphe dans le corps et ainsi favoriser la réduction de la cellulite aqueuse et améliorer l'aspect de la peau.
- Appliquer les techniques minceur spécifiques de Tuina minceur, en exécutant des manœuvres alternant les acupressions ciblées, les frictions, le palper rouler, et le passage de la ventouse traditionnelle chinoise, afin de favoriser le déstockage de la masse adipeuse, l'élimination des toxines et la tonification du corps.
- Appliquer les techniques minceur spécifiques de Madérothérapie, à l'aide d'instruments en bois (rouleaux, champignons, spatules) sélectionnés en fonction des zones cibles du corps, en adaptant la pression et les mouvements en fonction de la morphologie du client, afin de modeler la silhouette et d'améliorer la texture de la peau.
- Intégrer les appareils de massage minceur professionnels (palper-rouler mécanique, radiofréquence, électrostimulation...) dans sa pratique, en sélectionnant le ou les appareils complémentaires en fonction des objectifs visés (efficacité, gain de temps, tendance...), en les combinant avec les techniques manuelles et en les exploitant dans le respect des règles d'hygiène et de sécurité spécifiques, afin d'optimiser l'efficacité des cures minceur et de proposer une offre variée.

Voies d'accès

MODALITÉS D'ACCÈS

Formation continue

PRÉREQUIS À L'ENTRÉE EN FORMATION

- Avoir une expérience d'au minimum 1 an dans une activité professionnelle pratiquant le massage bien-être.

COMPOSITION DU JURY — FORMATION CONTINUE

Le jury de certification est obligatoirement composé d'un/une représentante de TEMANA et de deux professionnels habilités par TEMANA, externes à Temana.

Base légale

Date de décision	18/12/2025
Durée de l'enregistrement	2 ans
Date d'échéance de l'enregistrement	18/12/2027
Date de dernière délivrance possible	17/06/2028

Pour plus d'informations

LIEN VERS LE DESCRIPTIF

Pratiquer un massage par des techniques minceur - Temana

Fiche officielle (France Compétences)

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rs/7460/>

Où se former

Formations référencées	10
Organismes	1
Régions couvertes	7
Prix indicatif	1 650 €

Offre de formation — MonCompteFormation (Caisse des Dépôts), licence ouverte.

Entrées et sorties de formation

Entrées en formation	80
Parcours menés à terme	22
Taux d'achèvement	28 %
Période	02/2026 – 09/2026

Entrées et sorties — Caisse des Dépôts (open data), tous organismes confondus.

Demande CPF — formations engagées

Dossiers CPF engagés	116
Montant total engagé	190 600 €
Coût moyen par dossier	1 643 €

Durée moyenne	57 h
Période	01/2026 – 09/2026
France compétences	91 %
Reste à charge titulaire	9 %
Entreprise	0 %
OPCO	0 %

Formations engagées via le CPF — Caisse des Dépôts (open data), tous organismes confondus.