



# CURSUS MASSAGE SPORTIF & STRUCTUREL

## 2025/2026



### Programme détaillé

#### TRONC COMMUN – 9 modules – 164 heures

- Webinaire Introduction (3H)
- Techniques & Fondamentaux du Massage (21H) - [infos détaillées](#)
- Anatomie & Physiologie – Module 1 (14H) - [infos détaillées](#)
- Anatomie & Physiologie – Module 2 (14H) - [infos détaillées](#)
- Massage Sportif Suédois – Niveau 1 (28H) - [infos détaillées](#)
- Massage Sportif Suédois – Niveau 2 (14H) - [infos détaillées](#)
- Deep Tissue – Niveau 1 (21H) - [infos détaillées](#)
- Deep Tissue – Niveau 2 (14H) - [infos détaillées](#)
- Techniques Myofasciales Avancées – Module 1 (14H) - [infos détaillées](#)
- Techniques Myofasciales Avancées – Module 2 (14H) - [infos détaillées](#)
- Installation Pro & Marketing Massage (7H)

#### ENSEIGNEMENTS SPÉCIFIQUES CURSUS – 2 modules – 28 heures

Ces deux modules s'inscrivent au cœur de l'enseignement et de l'objectif professionnalisant.

- **Module « Compétences & Savoir-être (14H)**  
Les objectifs : Explorer des structures de massage hors des protocoles préétablis. Intégrer tous les aspects d'une prise en charge client professionnelle et bienveillante.
- **Module « Créativité & Excellence (14H)**  
Les objectifs : Consolider les acquis. Développer sa créativité en explorant les variations de rythmes, le mouvement, les différents niveaux de profondeur musculaire, les manœuvres dynamiques. etc. Savoir proposer des massages sportifs/structurels, pertinents et totalement sur mesure.

#### UNE SÉANCE DE COACHING INDIVIDUALISÉ – 2 heures

Une session de deux heures en individuel avec un professeur rien que pour vous !

Les objectifs : Analyser dans le détail votre pratique – Identifier vos axes d'améliorations – Vous transmettre des conseils personnalisés.

## 2 X ATELIERS DE PRATIQUE GUIDÉE – 6 heures

Ces ateliers sont dédiés à la pratique. A chaque atelier un thème/style différent.

Les objectifs : MASSAGE, MASSAGE et MASSAGE !

## 2 X SESSIONS DE MISE EN PRATIQUE PROFESSIONNELLE – 4 heures

Les journées "Pratique Pro", sont destinées à offrir un environnement de pratique 100% professionnel. Notre espace de formation se transforme à cette occasion en un lieu de massage où nous recevons une clientèle réelle. Chaque étudiant·e dispose de son espace dédié et peut ainsi mettre en pratique de manière très concrète les enseignements reçus, notamment sur les aspects 'prise en charge client' et 'gestion de séance'.

## EXAMEN/VALIDATION DES ACQUIS – 7 heures

- Une évaluation pratique individuelle avec mise en situation professionnelle (séance réelle avec "client") pour évaluer toutes les compétences (massage, savoir-faire, savoir-être...)
- Une évaluation pratique axée sur la technique et la créativité
- Une évaluation écrite pour évaluer vos connaissances théoriques



## Planning de formation

Vous avez trois choix possibles de planning.

### OPTION n°1 (démarrage en juin):

- Techniques & Fondamentaux – 18/19/20 juin 2025
- Sportif Suédois niveau 1 – 1/2/3/4 juillet 2025
- Deep Tissue niveau 1 – 27/28/29 août 2025
- Webinaire en ligne – 16 octobre 2025 (matin)
- Anatomie 1 – 24/25 octobre 2025
- Stage Cursus 1 – 10/11 novembre 2025
- Anatomie 2 – 21/22 novembre 2025
- Deep Tissue niveau 2 – 11/12 décembre 2025
- Installation Pro & Marketing Massage – 20 janvier 2026
- Sportif Suédois niveau 2 – 21/22 janvier 2025
- Techniques Myofasciales Avancées module 1 – 5/6 février 2026
- Stage Cursus 2 – 25/26 février 2026
- Journée "Pratique Pro – 4 ou 5 mars 2026
- Techniques Myofasciales Avancées module 2 – 6/7 mars 2026
- Examen – 26/27 mars 2026

### OPTION n°2 (démarrage en juillet):

- Sportif Suédois niveau 1 – 1/2/3/4 juillet 2025
- Techniques & Fondamentaux – 18/19/20 juin 2025
- Webinaire en ligne – 16 octobre 2025 (matin)

- Anatomie 1 - 24/25 octobre 2025
- Stage Cursus 1 - 10/11 novembre 2025
- Anatomie 2 - 21/22 novembre 2025
- Deep Tissue niveau 1 - 28/29/30 novembre 2025
- Deep Tissue niveau 2 - 11/12 décembre 2025
- Installation Pro & Marketing Massage - 20 janvier 2026
- Sportif Suédois niveau 2 - 21/22 janvier 2025
- Techniques Myofasciales Avancées module 1 - 5/6 février 2026
- Stage Cursus 2 - 25/26 février 2026
- Journée "Pratique Pro - 4 ou 5 mars 2026
- Techniques Myofasciales Avancées module 2 - 6/7 mars 2026
- Examen - 26/27 mars 2026

### **OPTION n°3 (démarrage en septembre):**

- Techniques & Fondamentaux - 5/6/7 septembre 2025
- Webinaire en ligne - 16 octobre 2025 (matin)
- Anatomie 1 - 24/25 octobre 2025
- Sportif Suédois niveau 1 - 27/28/29/30 octobre 2025
- Stage Cursus 1 - 10/11 novembre 2025
- Anatomie 2 - 21/22 novembre 2025
- Deep Tissue niveau 1 - 28/29/30 novembre 2025
- Deep Tissue niveau 2 - 11/12 décembre 2025
- Installation Pro & Marketing Massage - 20 janvier 2026
- Sportif Suédois niveau 2 - 21/22 janvier 2025
- Techniques Myofasciales Avancées module 1 - 5/6 février 2026
- Stage Cursus 2 - 25/26 février 2026
- Journée "Pratique Pro - 4 ou 5 mars 2026
- Techniques Myofasciales Avancées module 2 - 6/7 mars 2026
- Examen - 26/27 mars 2026



### **Pour toute question sur ce cursus, nous contacter**

Par email : [hello@themikischool.org](mailto:hello@themikischool.org)

Par téléphone : 07 63 30 17 87 / 01 42 72 51 18