



# CENTRE DE FORMATION EN MASSAGE DE RELAXATION

Paris - Toulouse - Lyon - Bordeaux - Fréjus - Nantes - Fort de France



Ecole certifiée ISO 9001 en  
"Centre de formation  
de massage traditionnel  
de relaxation"



## CHARTRE ÉTHIQUE PROFESSIONNELLE

Notre école, membre fondateur de la Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation (FFMTR), adhère à cette charte éthique professionnelle, et demande à ses élèves de s'y conformer.

Pour se conformer à l'éthique professionnelle, le Praticien, quelles que soient les techniques de massage de relaxation utilisées, doit s'engager sur l'honneur à :

- Exercer sa profession légalement d'un point de vue administratif, en adoptant un statut juridique approprié (libéral, société, portage salarial, association...) et en ayant souscrit au minimum une assurance responsabilité civile professionnelle;
- Exercer sa profession dans le respect de la dignité de la personne et respecter une stricte confidentialité;
- Respecter le droit à la pudeur de son client en se conformant aux normes de la décence tant dans la pratique que lors du déshabillage et rhabillage du client et en n'exigeant en aucun cas la nudité;
- S'interdire d'utiliser toute pratique et/ou technique qui dépasserait le cadre de la relaxation et du bien-être, c'est-à-dire, les pratiques à visées médicales, paramédicales, kinésithérapeutiques, sexuelles;
- Respecter les règles d'hygiène : personnelle, vestimentaire et de tout le matériel utilisé;
- S'interdire d'utiliser toute pratique et/ou technique hors de ses compétences, de ses aptitudes et des moyens dont il dispose;
- S'interdire de masser toute personne se déclarant malade, blessée, ou suivant un traitement médical, sans l'accord de son médecin traitant, référent, spécialiste ou tout autre professionnel de santé dûment qualifié;
- Ne jamais poser de diagnostic sur l'état de santé du bénéficiaire et ne critiquer en aucun cas le diagnostic de professionnels de la santé, et, quand cela est nécessaire, diriger le client vers l'un de ceux-ci;
- Avoir une parfaite connaissance des produits utilisés, de leurs modes et conditions d'utilisation lors de la pratique du massage;
- S'interdire d'exercer son art dans un état, dans des circonstances ou dans des lieux susceptibles de compromettre la qualité, la sécurité et la dignité de la profession;
- Être honnête dans toute représentation, publicité ou autre démarche quant à sa profession et son domaine d'application ainsi que son champ de compétence;
- Expliquer clairement, à ses clients en faisant la demande, la situation du massage de relaxation en France, ainsi que les techniques utilisées;
- Fixer ses tarifs avec tact et mesure, équitablement, tant pour le client que pour le praticien;
- Exercer sa profession en respectant les croyances, politiques, religieuses ou philosophiques et en excluant toute forme de prosélytisme;

Notre école de formation au massage, vous propose des formations en massage sur table et en massage assis.

Toutes nos formations de massage sont certifiantes, et reconnues par la Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation (FFMTR), dont nous sommes membre fondateur.

Nos formations enseignent des massages de relaxation, non thérapeutiques : massages aux huiles essentielles (techniques suédoises et californiennes), massages traditionnels : massage balinais, massage aux pierres chaudes, massage chinois, massage Onavi (coréen, Sarawak),

massage Impérial, massage assis amma, ainsi qu'une formation spécifique Spa, formant aux massages du monde.

L'enseignement pédagogique de notre école de massage s'adresse à tous, que vous soyez novice, professionnel ou amateur dans l'Art du massage.

Profitez et faites profiter des bienfaits des massages de relaxation, en vous épanouissant et en évoluant sur votre Chemin personnel

Formations à : Paris - Toulouse - Lyon - Bordeaux - Fréjus - Nantes - Fort de France

**Le terme massage est employé d'une façon générique dans toutes nos pages uniquement pour traduire les techniques étrangères en français, dans un souci de compréhension**

**pour le public. Ces « massages » sont non thérapeutiques, et ne s'apparentent aucunement à une pratique médicale, ou paramédicale quelle qu'elle soit.**

# CONCEPT

## UN CONCEPT EXCLUSIF BASE SUR QUATRE ORIENTATIONS :

- Qualité et rapidité de la formation.
- Apprentissage de ce qui est lié au massage.
- Respect absolu de l'intimité de l'élève.
- Prise en compte du bien-être et de la santé de l'élève-masseur.

Un savoir-faire issu de la pratique en écoles, cabinets, instituts, et hôtels de haute catégorie, sous diverses latitudes.

Un apprentissage finalisé par la délivrance, après examen, d'un certificat de formation de base, reconnu par la Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation.

**QUALITÉ ET RAPIDITÉ :** Contrairement à certaines écoles, notre formation de base s'effectue sur une période courte. Cette durée, de trois fois trois jours répartis sur deux mois, peut surprendre : ce choix que nous avons fait, validé par dix années d'expérience et de plusieurs centaines de personnes formées, est issu de plusieurs réflexions :

Le toucher est un de nos cinq sens naturels ; en conséquence, notre fonction n'est pas de vous apprendre à toucher, mais, de vous enseigner une façon particulière de toucher, en rapport avec des règles, des codes, des enchaînements, c'est-à-dire des protocoles précis et spécifiques. La formation (le cours) est là pour donner l'explication, faire la démonstration et vous permettre d'effectuer l'application des protocoles.

En ce qui concerne la connaissance et la maîtrise de ces protocoles, cela nécessite beaucoup de travail. Ce travail est avant tout personnel, et il nécessite que vous répétiez vos protocoles chaque jour, chez vous, avec vos conjoints, amis, enfants, familles... il n'y a que de cette façon que vous pourrez évoluer. Durant cette période, c'est l'entraînement qui est fondamental, et nul besoin d'avoir un formateur derrière vous !

Le formateur interviendra ensuite, au week-end suivant, pour vérifier la bonne connaissance d'un protocole que vous aurez répété pendant plusieurs heures. Et là, effectivement l'action du formateur aura toute son importance, et sera justifiée. Il faut donc comprendre que la formation ne dure pas neuf jours, mais bien deux mois. Et nous vous certifions qu'au bout de ces deux mois, vous aurez acquis les qualités techniques pour pouvoir exercer vos massages de façon professionnelle. Bien entendu votre qualité évoluera encore au fil des jours, mois et années de pratiques comme dans toutes choses que nous effectuons avec passion.

- La formation s'effectue donc sur trois week-ends de trois jours ou en période groupée, permettant d'apprendre à effectuer tout type de massage de détente, relaxation, bien-être.
- Un enseignement permettant d'exercer dans tous les milieux.
- Un ensemble de techniques permettant de personnaliser son massage et de l'adapter à la demande.
- Durant la formation, chaque élève masse et est massé pour apprendre, ressentir et vérifier l'efficacité du massage.



### AUTOUR DU MASSAGE :

- Les règles élémentaires de sécurité.
- Gérer le massage, organisation, posture, positionnement.
- Les bases de l'aromathérapie.
- Mélanges d'huiles « type » pour les cas les plus courants.
- Sécurité dans l'utilisation des huiles.
- Les trois piliers du massage : Posture, Gestuelle, Souffle.

### RESPECT DE L'ÉLÈVE :

- Tout au long de la formation, l'élève apprend à maîtriser un jeu de serviettes, exclusif à l'Institut, permettant le respect total de l'intimité physique des personnes qu'il masse.
- Pendant les cours, aucune personne ne se met nue ; les élèves devant être massés, se mettent en sous-vêtements, s'installent sur la table de massage et se recouvrent avec leur serviette. Les élèves dont c'est le tour de masser, n'assistent pas au déshabillage.

### SANTÉ ET BIEN ÊTRE :

- La santé et le bien-être de l'élève : Tai Chi, Qi Gong...
- Toutes les formations de l'Institut Hypoténuse, ont été conçues dans un souci de santé pour le masseur. L'enseignement organisé autour du souffle, de la posture et de la gestuelle, est en lien direct avec les principes de l'énergétique orientale : Tai Chi Chuan, Qi Gong, arts martiaux. Chaque technique et chaque geste enseignés ont été créés dans cette recherche. Ainsi, au-delà d'effectuer un massage, le masseur approche une dimension énergétique lui permettant de préserver et d'optimiser son capital santé au fur et à mesure de sa pratique : le massage ne le fatigue plus, au contraire, il le dynamise. Ce travail particulier permet en outre au masseur d'évacuer le stress, les tensions, de se recentrer, et d'intégrer la dimension psychologique liée au massage, augmentant son capital confiance pour le conduire à prodiguer un massage très performant.



## FORMATION DE BASE EN MASSAGE SUR TABLE

L'Institut Hypoténuse, dirigé par Éric Darves-Bornoz, Membre fondateur de la Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation (FFMTR), vous propose une formation de base aux techniques de massage sur table en trois week-ends de trois jours. Cette formation est validée, après examen, par un Certificat de formation de base, reconnu par la FFMTR.

### PROGRAMME FORMATION DE BASE SUR TABLE

- Techniques de base et fondamentales.
- Massages applicables à chacun des segments du corps : crâne, visage, nuque, cou, épaules, dos, jambes, pieds, mains, bras, thorax, ventre.
- Massage Hypoténuse un des « tops » du massage de relaxation, synthèse de techniques suédoises et californiennes. Exclusivité de l'Institut
- Massage global chinois : Harmonisation énergétique ; le plus ancien des massages chinois !
- Le Massage Impérial : Dynamisant mental (exclusivité, création et propriété de l'Institut Hypoténuse), où se réunissent l'Orient et l'Occident pour redynamiser la personne, en relançant les énergies de défense, de volonté et de courage. Une référence depuis plus de dix ans.
- Auto-massage chinois pour entretenir et garder sa forme.
- Les règles de sécurité relatives au massage.
- Le positionnement et le rapport dans la relation du toucher ainsi que l'organisation du travail.
- L'aromathérapie : Aromassage, connaissance et utilisation des principales huiles végétales, florales, essentielles, ainsi que différents mélanges d'huiles adaptés à des cas spécifiques.
- Technique de jeu de serviettes : comment protéger l'intimité physique des clients, (technique spécifique mise au point par Éric Darves-Bornoz).

## FORMATION COMPLÉMENTAIRE MASSAGE SUR TABLE ET WEEK-END A LA CARTE

Une **formation complémentaire** vous permet d'acquérir la formation complète, validée après contrôle pratique, par le **Certificat de Praticien Spécialiste en Techniques de Massage Traditionnel**, reconnu par la FFMTR.

Cette formation est réservée aux élèves ayant suivi la formation de base de l'Institut; elle a pour but de vous apprendre des massages aux techniques manuelles et gestuelles complémentaires à la formation de base.

Pour prétendre au **Certificat de Praticien Spécialiste en Techniques de Massage Traditionnel**, il faut choisir au minimum deux week-ends, parmi les quatre proposés, incluant le massage Onavi. Par exemple: massage Onavi + pierres chaudes, ou bien Massage Onavi + massage balinais. ... Vous pouvez aussi, si vous le souhaitez, effectuer les quatre week-ends proposés: massage Onavi, massage Balinais, massage aux Pierres Chaudes, massage Hawaïen (Lomi-Lomi)

Le prix de ces différents week-ends est à un tarif préférentiel pour les élèves ayant effectué la formation de base.

### WEEK-END À LA CARTE:

Ces différents week-ends (Onavi, Pierres chaudes, Lomi-Lomi, Bali) sont ouverts aux personnes sachant masser, ou ayant fait une formation dans une autre école. Dans ce cas, ils permettent d'obtenir les **certificats de chacun de ces week-ends** (certificat de massage balinais, onavi, pierres chaudes, hawaïen). **Ces certificats sont reconnus par la FFMTR.**



## **FORMATION AU MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES (HOT STONES MASSAGE) Façon traditionnelle**

Le Massage aux Pierres chaudes (ou Hot Stones massage), permet de maîtriser une pratique avec des instruments, en l'occurrence des pierres de basalte chauffées, qui vont procurer une chaleur au plus profond des muscles, facilitant un bon relâchement musculaire, le drainage et l'élimination des toxines.

Plusieurs grandes civilisations sont à l'origine de ce type de massage : les Indiens, d'Amérique du nord, et les Polynésiens en particulier.

C'est un massage très technique, qu'il convient de bien apprendre, de manière à ne faire prendre aucun risque à ses clients.

Des pierres chauffées seront placées de manière statique sur différentes parties du corps, pendant que d'autres pierres chauffées parcourront le corps.

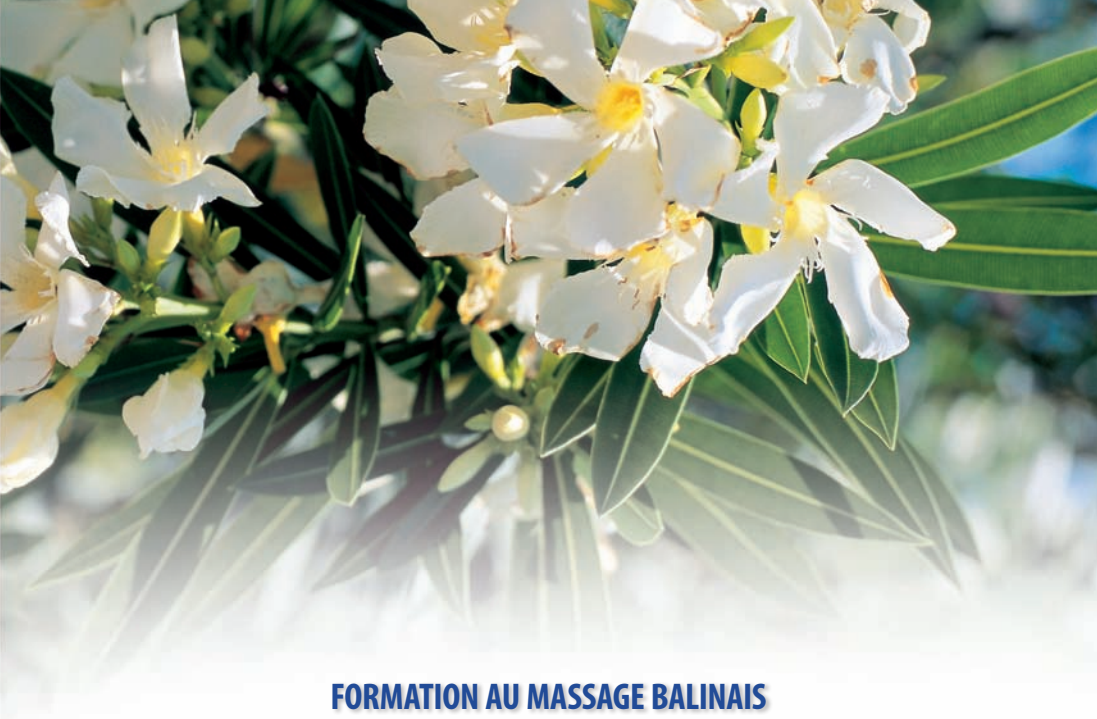
La technique que nous enseignons (origine polynésienne), est dans le respect de la tradition originale de l'application des pierres chaudes.

C'est un massage complet du corps.

**Un certificat de massage aux pierres chaudes est remis à l'issue du week-end de formation. (reconnu par la FMTR).**







## FORMATION AU MASSAGE BALINAIS

Enchaînement de techniques d'effleurage, de mouvements rotatoires, de pressions, le massage balinais est à l'image des habitants de Bali : profondeur, douceur, gentillesse, tendresse.

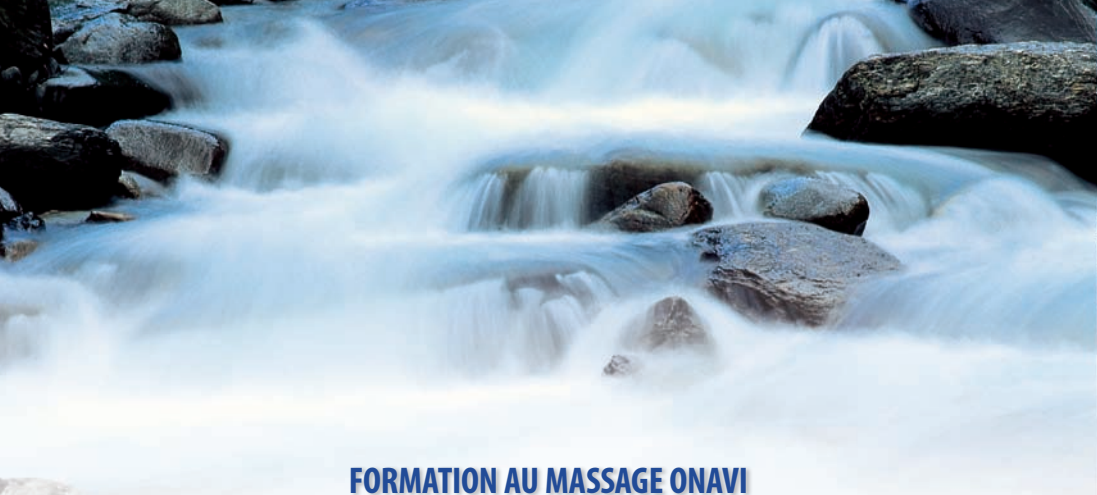
Ce massage est une combinaison du massage indonésien qui comporte deux types de pratique : le URUT et le PIJAT.

Très influencé par la médecine traditionnelle chinoise, le massage balinais travaille sur les parcours des différents méridiens, sur des points particuliers et sur des techniques d'étirement afin de réaliser une bonne circulation énergétique dans l'ensemble du corps. Le massage utilise aussi des techniques plus occidentales, comme l'effleurage, modelage, pompage...

Ainsi, le massage balinais a des effets relaxants, dynamisant, circulatoires et énergétiques, très drainant et détoxiquant. Ses indications sont diverses, et principalement toutes les demandes de relaxation, détente, ainsi que les remodelages corporels, silhouettes, cellulite.

Il se caractérise par la puissance du toucher, ainsi que par sa douceur, et la prise en compte du client.

**Un certificat de massage balinais est remis à l'issue du week-end de formation. (reconnu par la FFMTR).**



## FORMATION AU MASSAGE ONAVI

Massage vibratoire, ondulatoire (création et propriété de l'Institut), il est l'héritier des voyages autour du monde d'Éric Darves-Bornoz.

Puisant ses sources dans les techniques Coréennes, le bercement Sarawak, ou les pratiques des Indiens d'Amazonie, associé à une touche finale très « hidalgo » espagnol, ce massage, sans huile, se pratique sur personnes habillées ou déshabillées. Il permet un grand relâchement des tensions. Destiné à toute sorte de clientèle, il est très indiqué aux personnes stressées, qui n'arrivent pas à se relâcher, les sportifs très tendus, ou bien encore les personnes n'appréciant pas le contact plus traditionnel de la main sur la peau habituellement utilisé dans les autres type de massage. Ce massage, ne nécessitant pas de déshabillage, peut se pratiquer en tous lieux.

Sa pratique permet une très bonne intégration corporelle pour le receveur, et va permettre un travail intéressant au niveau mental et corporel :

### Au niveau mental :

- Lâcher prise profond
- Relâchement des tensions mentales
- Élimination des pensées répétitives
- Profonde intégration corporelle avec sensations nouvelles
- Un éprouvé d'un corps vivant, mobile, harmonieux, équilibré...

### Au niveau corporel :

- Augmentation du métabolisme de base
- Meilleure combustion dans les cellules, en particulier des graisses, grâce à une très bonne aérobie : mouvements intensifs des muscles sans élévation du rythme cardiaque, permettant en effet d'améliorer l'assimilation de l'oxygène par le sang.

- Forte stimulation de la circulation lymphatique
- Effet détoxiquant
- Meilleure élimination
- Renfort des muscles vertébraux, sans effort et sans risque, qui va permettre une meilleure répartition des sollicitations de certains muscles sur l'ensemble du faisceau
- Décompression en douceur des vertèbres
- Stimulation du système neurovégétatif et de ses afférences, d'où : optimisation des fonctions organiques
- Meilleure circulation des fluides et des nutriments dans les muscles et les vaisseaux, ainsi que dans les articulations
- Raffermissement des muscles en douceur
- Relâchement du diaphragme et libération de la respiration.

**Un certificat de massage onavi est remis à l'issue du week-end de formation. (reconnu par la FFMTR).**



## FORMATION AU MASSAGE HAWAÏËN (LOMI-LOMI)

Le massage Lomi-Lomi vient de la langue polynésienne des Rapa-Nui, (Lomi veut dire massage, masser).

C'est un massage complet du corps, très enveloppant, alternant les techniques d'effleurage, de torsion, de pression, pétrissage...

Le masseur se sert beaucoup de ses avant-bras pour effectuer ce massage, ce qui est une des particularités du Lomi-Lomi hawaïen.

L'autre grande particularité de ce massage est la grande mobilité du corps du masseur pour pouvoir exercer : c'est un massage qui permet au masseur de développer une grande agilité, une très bonne coordination des différents segments de son corps, un travail très important au niveau de la coordination du souffle de la posture et de la gestuelle, et une très bonne circulation énergétique dans l'ensemble du corps du masseur.

Pour celui qui reçoit le massage, les effets seront une grande relaxation, une bonne circulation énergétique et des fluides, et une libération des tensions mentales, nerveuses et musculaires. Sensation d'unité et de plénitude sont liées à ce massage.

**Un certificat de massage hawaïen est remis à l'issue du week-end de formation. (reconnu par la FFMTR).**

**RAPPEL :** les élèves ayant effectué la formation de base, et deux week-ends de la formation complémentaire (comme expliqué plus haut), devront ensuite passer le contrôle (pratique d'un massage tiré au sort, ainsi qu'un test technique), d'une durée de deux heures, auprès d'un formateur.

Ils obtiendront ainsi le :

### CERTIFICAT DE PRATICIEN SPÉCIALISTE EN TECHNIQUE DE MASSAGE TRADITIONNEL DE RELAXATION

Certificat reconnu par la Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation (FFMTR)

## FORMATION SPA, MASSAGES DU MONDE



Notre école dispense une formation spécifique à la pratique au sein de structures particulières : Spas, Instituts, Centres spécialisés, en France ou à l'étranger.

Nos équipes de formateurs se déplacent au lieu de votre choix partout en France et dans le Monde.

### **BASIC SPA :**

l'apprentissage de base, indispensable pour pouvoir effectuer des prestations dignes d'un Spa: techniques de base; Massage des différents segments (dos, jambes, mains, pieds, abdomen thorax, nuque, crâne, visage), Massage complet du corps: synthèse des techniques californienne et suédoise: 6 jours + 2 journées de perfectionnement. (Formation ouverte aux débutants, pour qu'ils puissent rapidement exercer dans le Spa)

### **CLASSIC SPA :**

les grands classiques des massages dans les Spas: Pierres Chaudes, Balinais, Abhyanga: 6 jours + 3 journées de perfectionnement. (Formation réservée aux personnes ayant effectué la formation Basic Spa, ou possédant une expérience du massage)

### **TRAVEL SPA :**

l'invitation au voyage, au rêve: Lomi-Lomi, Indien, Thaï à l'huile: 6 jours + 3 journées de perfectionnement. (Formation réservée aux personnes ayant effectué la formation Basic Spa, ou possédant une expérience du massage)

### **GOLDEN SPA :**

des protocoles grand luxe, à la carte, dans la tradition des grands soins esthétiques, cosmétiques et Spas: Rose thérapie, Aromastones, Bio Karité Spa et Secret Treatment. Durée en fonction des protocoles choisis. (Formation réservée aux personnes ayant effectué la formation Basic Spa, ou possédant une expérience du massage)

Cette formation est dans l'ordre logique d'apprentissage; cependant, chaque module peut être enseigné indépendamment, ainsi que chaque composant du module. Le calendrier (déroulement, programmation) sera planifié en fonction des desiderata des Spas et des disponibilités de l'Institut. Nous contacter pour les grilles tarifaires.

## FORMATIONS SPÉCIFIQUES - RITUELS SPA



En partenariat avec La Boutique du Massage, l'Institut Hypoténuse vous propose des formations rituels spa : la **Rose Thérapie, Aromastones et Bio Karité Spa**.

Impérativement liées à des produits spécifiques, étudiés pour ces méthodes, les formations sont gratuites pour toute personne achetant le pack correspondant.

Ces formations, qui se déroulent en une journée, s'adressent exclusivement aux personnes sachant déjà masser.

### LA ROSE THÉRAPIE

La **Rose Thérapie** (créée par Joan Cano, élève du célèbre Docteur Jean Valnet), est un traitement intégral qui s'effectue avec des produits 100 % naturels, permettant l'obtention d'un état de bien-être et d'harmonie.

Cette méthode unique, combine l'utilisation de produits 100 % naturels avec des techniques manuelles bien spécifiques, ainsi que l'utilisation de minéraux.

- Réflexologie faciale basée sur la méthode vietnamienne du Dien Cham,
- Massage réflexe corporel,
- Réflexologie vertébrale du tracé des polygones,
- Étirements abdominaux,
- Points de réflexologie associée à l'aromathérapie,
- Quartz roses.

La Rose Thérapie utilise le joyau de l'aromathérapie : l'Absolu de Rose de Bulgarie, une huile à l'arôme unique et exquis qui revigore et fortifie le corps, et qui permet de rétablir rapidement l'équilibre émotionnel.



**Cette méthode est exclusivement destinée aux femmes**, y compris en période de ménopause, en raison de l'Absolu de Rose, en résonance avec la féminité, et de ses propriétés en accord avec l'appareil reproducteur féminin. La **Rose Thérapie** agit aussi bien au niveau mental que corporel, et bien entendu au niveau dermique: C'est un traitement antirides et régénérant facial. Il a une action dépurative. Il est d'une grande aide dans les traitements amaigrissant grâce à son action sur l'anxiété.

Au niveau mental, cette méthode permet l'obtention d'un état de relaxation et de bien-être absolu. Une harmonie et un renforcement

du corps et de l'esprit conduisant à un meilleur équilibre de l'organisme. Une aide très efficace contre la tristesse et la mélancolie. La Rose Thérapie aidera aussi les femmes confrontées à des états émotionnels de type angoisse, peine, culpabilité, mécontentement, tension nerveuse. Elle agira aussi sur l'humeur, en facilitant l'émergence du bon caractère.

Cette formation s'adresse exclusivement aux personnes sachant déjà masser.



## AROMASTONES

Méthode exclusive pour les hommes et les femmes qui vivent intensément et qui veulent se libérer du stress et des tensions quotidiennes, de manière à récupérer le tonus musculaire, l'énergie physique et le calme mental.

**Aromastones**, (créé par Joan Cano, élève du célèbre Docteur Jean Valnet), combine l'utilisation de techniques issues de l'ostéopathie, et d'un massage spécial qui se réalise en utilisant des pierres semi-précieuses, chauffées dans l'eau.

Ces techniques s'effectuent avec des huiles essentielles et des absolus très précieux et appréciés, comme le jasmin et le néroli (la fleur d'oranger), reliés dans une approche aromathérapeutique très précise.

**Aromastones** a été créé pour répondre aux attentes spécifiques des hommes ou des femmes ; ainsi, la session Aromastones sera différente et adaptée, suivant que vous la pratiquiez sur un homme ou sur une femme. Plusieurs produits seront utilisés pour votre session, l'absolu de Néroli ou bien de Jasmin, suivant le cas, l'huile « Antistress », mélange d'huiles végétales et essentielles de très hautes qualités, à forte concentration, « Natural



Plus », préparation alchimique, à base de romarin sylvestre, élaborée en fonction des cycles lunaires, permettant un travail énergétique important. Les différentes pierres, agate, quartz verts et blancs, calcite orange, labradorite, qui seront utilisées de façon différente suivant homme ou femme, apporteront leurs qualités vibratoires pour un travail énergétique en profondeur, amplifié par le travail de thermothérapie.

Les techniques manuelles quant à elles, permettront un travail sur l'ensemble du corps, ainsi que des trajets en relation avec les méridiens énergétiques chinois.

Cette formation s'adresse exclusivement aux personnes sachant déjà masser





## BIO KARITE SPA

Rituel Spa novateur, Bio Karité Spa est un massage au **beurre de karité bio** propice au relâchement par sa douce chaleur. Nettoyage énergétique et de la peau avec des bâtonnets de soufre, massage utilisant les propriétés des pierres de **Sodalite** (libère de la rigidité mentale), du **Jade vert** (pierre curative, symbole d'amour et de vertu) et du **Jaspe rouge** (surnommé protecteur suprême) ainsi qu'un massage du dos avec des boules de **baobab** (longévité, tempérance, écoute)

Au niveau physique : hydrate, nourrit la peau en profondeur, stimule la circulation, donne de l'élasticité aux tissus, apporte des vitamines et des anti oxydants.

Au niveau émotionnel : favorise le déblocage des traumatismes émotionnels, calme l'esprit.

Au niveau mental : diminue les tensions, apporte équilibre et sérénité, augmente la concentration, l'optimisme et l'estime de soi.

**Un rituel magique, initiatique, un chemin vers soi...**





## FORMATION MASSAGE ASSIS

### L'institut vous propose une formation intensive sur deux jours.

- Vous pratiquerez un massage exclusif d'une durée de quinze minutes, à la fois relaxant et dynamisant.
- Basé sur les techniques occidentales et orientales (Amma, Tuina, Coréen), ce massage conduira au relâchement des tensions musculaires et nerveuses, en travaillant sur les contractures, en levant les blocages où l'énergie stagne et en relançant celle-ci suivant les méridiens.

Cette formation est matérialisée par une attestation de stage.

### L'obtention du certificat nécessite 1 journée supplémentaire :

- Une journée de perfectionnement est organisée pour la vérification, la correction et la supervision de la pratique, suivie en fin de journée d'une mise en situation en public servant de validation.

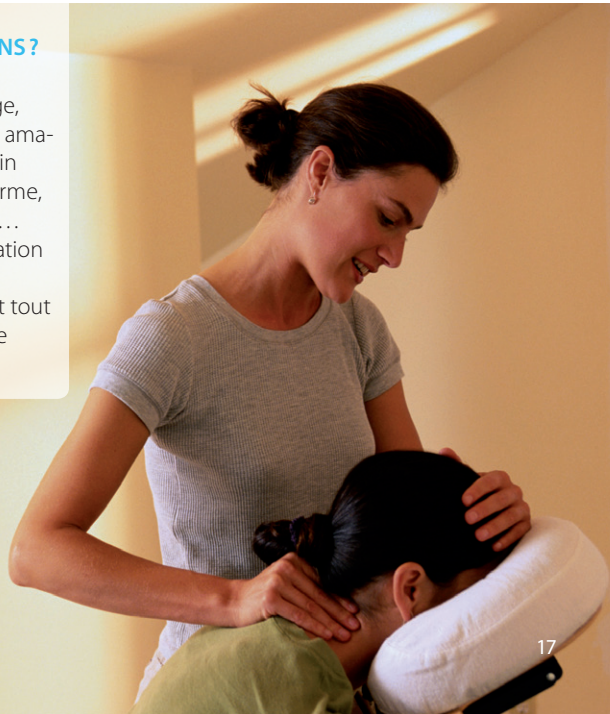
Cette journée vous confère le :

### **CERTIFICAT DE PRATICIEN EN MASSAGE ASSIS**

Certificat reconnu par la Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation (FFMTR)

#### A QUI S'ADRESSE CES FORMATIONS ?

- Toute personne physiquement capable de prodiguer un massage, désireux d'exercer dans un cadre amateur, familial, professionnel, au sein d'un club, centre de remise en forme, cabinet, hôtel, institut de beauté...
- Toute personne pratiquant la relation d'aide, l'accompagnement des malades, personnels soignants et tout thérapeute voulant associer cette pratique dans son travail.



## QUI SOMMES NOUS ?

École de formation au massage de relaxation, notre école est l'une des plus anciennes en France, avec plus de dix ans d'enseignement. Reconnue par la profession, notre école dispense ses formations sur le territoire national ainsi qu'à l'étranger, pour des particuliers, dans le cadre d'échanges avec d'autres écoles, ou bien encore pour des grands spas, ou des centres d'esthétiques.

Nous sommes membres de la Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation (FFMTR), dont notre directeur, Éric Darves-Bornoz, est cofondateur, en compagnie de Bertrand Michaut (praticien de massage), du Docteur Arnaud Cocaul (spécialiste des troubles du comportement alimentaire et de la nutrition, chef de service à la Salpêtrière), et du Docteur Daniel Penoël (spécialiste mondial de l'aromathérapie, auteur de « l'aromathérapie exactement »)

## ENGAGEMENT QUALITÉ

Afin d'assurer la qualité de l'enseignement, sa bonne compréhension et sa bonne pratique, toute personne ayant effectué une formation de l'Institut peut revenir à titre gratuit pour tout ou partie de cette formation, autant de fois qu'il le désire sans limitation dans le temps.

Pour parfaire notre engagement qualité, notre École est certifiée ISO 9001.

### VIDEOS :

Les techniques enseignées (filmées en vidéo), sont accessibles pour les élèves sur Internet par code privé. Ainsi les apprentissages, les révisions, les remises à niveau, les corrections sont immédiatement disponibles pour les élèves en formation comme pour les anciens élèves.

### LE PLUS DE L'ÉCOLE :

Un partenariat privilégié a été conclu avec une société de massage proposant des prestations sur tout le territoire national ; les masseurs de l'Institut peuvent ainsi exercer rapidement après leur formation, en fonction de leur niveau de pratique.

### PROPOSITION DE TRAVAIL :

Notre École est très souvent sollicitée pour proposer du travail à des masseurs.

Toutes les propositions sont toujours retransmises sans délais à l'ensemble de notre fichier anciens élèves.

Cette mise en relation est gratuite et sans contre partie pour notre École.

## FORMATEURS

Toutes les formations sont supervisées, validées et sous la responsabilité d'Éric DARVES-BORNOZ, directeur de l'Institut, qui est secondé de Margareth RONDOF, Régine MANAUD, et Karine ANGOULEVANT à Toulouse ou Bordeaux ; Caroline FRANCHETEAU, Isabelle MICHEAU, à Lyon ou Nantes ; Sophie FORCE, Sophie CLAUDE et Fabrice DELMOTTE, à Paris



### Éric DARVES-BORNOZ

Depuis plus de vingt-cinq ans, Éric DARVES-BORNOZ, a axé sa recherche sur la connaissance de soi : les arts martiaux, le hatha yoga, les thérapies comportementales, les élixirs floraux, l'aromathé-

rapie, la P.N.L. ont jalonné son parcours à la recherche du bien-être.

Formé en sophrologie dès 1988, il est Master-spécialiste en sophrologie caycédienne et participe à la diffusion de la sophrologie en France par le biais de l'Institut et par sa participation à la préparation du 2e symposium national des sophrologues.

Parcourant le monde, son chemin le met en relation avec de nombreux masseurs traditionnels de cultures différentes, en Polynésie, Océan Pacifique, Océan Indien, Afrique, Caraïbes, Amérique du sud, partageant à diverses reprises plusieurs mois de vie en pleine forêt amazonienne au contact de diverses tribus indiennes et des piroguiers Bosh et Boni.

Sa recherche de la compréhension des énergies le conduit à apprendre le massage occidental et traditionnel chinois dans diverses écoles dont celle de Léandre Cochetel.

Masseur dans de grands hôtels et pour des

personnalités politiques ou du spectacle, il axera son effort sur la recherche de la qualité pour exercer dans ces milieux.

Massant en milieu rural et urbain, confronté à des clients en souffrance, il approfondit sa recherche sur le corps et sa relation avec la psyché : son travail le conduit à créer le Massage Impérial, utilisé dans l'aide pour combattre la dépression.

Voulant faire partager son expérience et désireux de voir des professionnels compétents et rigoureux, il crée, voilà 10 ans, l'Institut Hypoténuse pour former au massage. Cofondateur de la Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation (FFMTR), créée pour rassembler tous les acteurs du massage, aider les masseurs, défendre le droit au massage en France, il travaille à la reconnaissance de la profession de masseur de relaxation.

Si l'apprentissage théorique et technique est primordial dans son enseignement, la formation fait une large place à l'attitude phénoménologique propre à découvrir et faire émerger nos profonds sentiments de vie. Conférencier, animateur de nombreux débats, consultant international en création de concepts Spa, de massages, et de matériels spécifiques au massage, enseignant de Karaté, Éric Darves-Bornoz est l'auteur de plusieurs articles dans la presse.



### Caroline FRANCHETEAU

Après vingt-cinq années passées dans diverses formes de communication et de relation d'aide,

Caroline FRANCHETEAU élargie encore ses champs d'action en se formant à la micro ostéopathie, avec la méthode Poyet, puis devient conseillère en fleurs de Bach (élixirs floraux).

Développant de plus en plus la communication non verbale, elle s'oriente vers les techniques du massage traditionnel afin de retrouver l'essence même du toucher.

Sa rencontre avec l'Institut Hypoténuse, lui permettra d'explorer le chemin du massage, et de pouvoir relier toutes les diverses approches qui ont jalonné sa vie. Après avoir effectué l'ensemble des formations dispensées par l'Institut, elle exerce plusieurs années avant de rejoindre l'équipe enseignante, dont elle a la responsabilité sur la région lyonnaise. Formatrice itinérante spécifique de l'Institut, elle enseigne sur tout le territoire national ainsi qu'à l'étranger.



### Isabelle MICHEAU

Mobile et itinérante, Isabelle a beaucoup voyagé tant en France qu'à

l'étranger, pour que son chemin la mène à la rencontre de différentes cultures et de partages.

L'Europe, l'Asie, les Amériques du Nord et du Sud aux multiples espèces végétales lui permettront la découverte des plantes, d'où naîtra sa passion qui la conduira à des études de botanique puis d'herboristerie familiale.

La suite logique la conduira à s'intéresser à l'aromathérapie : l'utilisation des huiles essentielles et végétales l'orientera alors tout naturellement vers leurs applications dans les massages.

Sa formation en massage auprès de l'Institut Hypoténuse lui permettra de concilier sa passion des plantes et celle du toucher. Praticienne de massage, Isabelle exerce auprès de sa clientèle et seconde Caroline pendant une longue période pour les formations lyonnaises, puis parfait sa pédagogie auprès d'Eric sur les formations en Région Paca. Elle reçoit alors sa qualification de formatrice de l'Institut. Isabelle partage avec Caroline les formations en Région Rhône-Alpes et met au profit de l'école ses nombreuses connaissances, sa rigueur dans le travail, son écoute attentive, ses qualités humaines et une précieuse exigence professionnelle.



## Régine MANAUD

Régine MANAUD, est artiste choriste, danseuse, musicienne percussionniste depuis plus de vingt-cinq ans dans le monde entier. Elle découvre le massage californien en 1985, qu'elle pratique et développe

sans relâche, pour ses proches tout d'abord, puis dans son milieu professionnel, faisant ainsi bénéficier artiste et public des bienfaits du massage. Praticienne bien-être, elle intervient auprès de tout

public en demande d'épanouissement personnel par la recherche fine d'un juste équilibre.

Elle travaille avec l'outil essentiel pour elle : la main communicante, la main relaxante, stimulante, épanouissante, la main qui cherche la vibration juste et l'harmonie.

Elle se forme aux massages traditionnels de relaxation auprès de l'institut Hypoténuse en 2001, ajoutant ainsi cette formation à ses connaissances déjà poussées dans ce domaine.

Elle devient formatrice en 2006, et enseigne dans le secteur de Toulouse, dont elle partage la responsabilité avec Margareth Rondof.



## Margareth RONDOF

Après onze années passées dans le milieu hospitalier, Margareth RONDOF, s'oriente vers le massage pour vivre une autre approche dans sa relation à l'autre. Voulant parfaire ses connaissances en

massage, elle se tourne vers la formation de l'Institut Hypoténuse, afin d'avoir un apprentissage structuré des gestes qu'elle applique déjà.

Masseuse de terrain, Margareth forte de sa réputation à Toulouse, devient la masseuse du Grand Hôtel de l'Opéra, place du Capitoul, et intervient au Crown Plaza Hôtel, les 2 plus grands hôtels de Toulouse. Sa renommée la conduit tout naturellement à devenir la masseuse des stars (même si ce qualificatif ne lui plaît que moyennement) et beaucoup d'artistes, de sportifs, ou des personnalités se succèdent pour

bénéficier de ses massages.

Dany Boon, Marianne Faithfull, Fabrice Santoro, Dany, Michèle Laroque, Gérard Jugnot, Nagui, Lio, entre autres, seront ses clients privilégiés. Intervenant spécialisée dans des établissements de luxe, Margareth est souvent sollicitée pour mettre en place des protocoles de soin esthétiques ou de massage dans divers centres de beauté, instituts et hôtels en France comme à l'étranger. L'Elysium Hôtel de Chypre lancera ses prestations de massage avec l'aide du professionnalisme de Margareth.

Après des années de pratique, Margareth rejoint l'équipe enseignante de l'Institut, et partage la responsabilité de la formation sur Toulouse avec Régine Manaud, et assure la direction de la formation sur Albi.

Comme toutes les autres formatrices de l'Institut Hypoténuse, Margareth exerce sa profession de masseuse à temps plein.



## Karine ANGOULEVANT

Depuis toujours attirée par les métiers de l'humain et de l'accompagnement au développement personnel ou professionnel, Karine a travaillé de nombreuses années dans les

ressources humaines.

Très sensible au contact, elle a favorisé une autre forme de communication par le biais du toucher. Karine a suivi l'ensemble des formations de l'Institut Hypoténuse, et rapidement créé un cabinet de

massage où elle exerce et accueille la clientèle dans un espace dédié à la détente depuis plusieurs années.

Dans sa recherche de création et maintien du lien social, elle intervient à domicile, auprès des personnes âgées dans les maisons de retraite et en entreprise.

Après avoir suivi avec succès le cursus de formateurs de l'Institut Hypoténuse, Karine rejoint l'équipe enseignante de l'école en 2010

Depuis, elle met ses compétences, son dynamisme et sa pédagogie au service des formations réalisées sur Toulouse et Bordeaux.



### Fabrice DELMOTTE

Après plusieurs années passées dans le commerce, le marketing, et le développement de sociétés, Fabrice s'oriente vers sa passion

qu'il pratique à titre privé depuis une dizaine d'années, et décide de se former auprès de l'Institut Hypoténuse.

Il se met rapidement au travail et ouvre son cabinet de massage à Paris 9<sup>ème</sup>, où il reçoit sa clientèle, parallèlement aux prestations de massage qu'il effectue à domicile, en entreprise, et dans divers événementiels.

Désireux de connaître d'autres formes de massage, il se forme en massage thaïlandais. Sportif et athlète confirmé dans différentes disciplines (boxe française, snowboard...), Fabrice, de part son expérience vécue, se spécialise dans l'écoute du corps et du muscle sollicité par l'activité sportive soutenue.

Directeur associé de la société Reflex'Energie, spécialisée dans le bien-être en entreprise, il propose des outils de gestion du stress et de développement du bien-être.

Formateur de l'Institut, Fabrice met ses connaissances et sa pédagogie éprouvée au service des formations parisiennes.



### Sophie CLAUDE

Praticienne de soins de massage relaxation et coach sportif diplômée d'Etat, Sophie exerce cette double profession de Bien-être, notamment à travers

l'entité Vitalizen, dont elle est co-fondatrice.

Wantant parfaire d'une façon complémentaire l'approche corporelle qu'elle enseignait comme coach sportif, Sophie s'est orientée vers le massage, relation au corps différente, de manière à travailler sur une approche globale de l'Être

Après avoir été formée au sein de l'Institut Hypoténuse, puis à Bangkok pour suivre une formation de massage Thaïlandais Traditionnel et

de Réflexologie plantaire Thaï (Ecole de Wat Po) elle a également suivi une formation DLM non thérapeutique, inspirée de la méthode Voder. Parallèlement aux cours de Remise en Forme et aux séances de coaching sportif qu'elle dispense, Sophie exerce en tant que praticienne de massage relaxation en SPA dans de grands hôtels parisiens (le Bristol, le Marriott, le Raphaël, le Castille...) ainsi qu'à domicile.

Elle intervient également auprès de comités d'entreprises, en proposant des séances de massage assis et de remise en forme. Sophie assure les formations parisiennes en alternance avec les autres formateurs.



### Sophie FORCE

Pratiquante de Qi-Cond et de Tai chi chuan en plus de ses activités physiques régulières, Sophie intègre dans son cursus personnel et professionnel

l'énergétique chinoise depuis des années au côté de son compagnon de vie, médecin acupuncteur, qu'elle assiste depuis 1994. Elle étudiera plus spécifiquement la diététique chinoise, puis l'acupuncture à partir de l'an 2000. Formée en naturopathie à l'Institut Alain Rousseau en 1992 et 1993, elle y découvri

une approche du massage, qu'elle concrétisera plus tard par une formation auprès de l'Institut Hypoténuse.

Praticienne de terrain, Sophie Force, apporte une connaissance rigoureuse des concepts de l'énergétique chinoise dans son approche holistique de l'être humain, qu'elle met en pratique aux travers de ses diverses formes d'activités.

Passionnée de pêche sportive à la truite sauvage, Sophie aime la marche et les longues randonnées en montagne.

Sophie assure les formations parisiennes en alternance avec les autres formateurs parisiens.

# RÈGLEMENT INTÉRIEUR

## CONDITIONS GÉNÉRALES

**Article 1 :** Le présent règlement s'applique à tous les stagiaires en formation à l'Institut Hypoténuse.

## HYGIÈNE ET SÉCURITÉ

**Article 2 :** Chaque stagiaire doit se présenter aux cours dans une tenue vestimentaire propre et correcte.

**Article 3 :** Chaque stagiaire doit se présenter dans un état de propreté corporelle irréprochable.

**Article 4 :** Chaque stagiaire doit être en bon état de santé et ne pas avoir de maladie infectieuse ou contagieuse. En cas de doute un certificat médical pourra être exigé.

**Article 5 :** En raison de la particularité du massage chinois, chaque stagiaire s'engage à ne pas consommer d'alcool pendant les 24 heures suivant la pratique de celui-ci.

**Article 6 :** Chaque stagiaire a conscience que la formation et son application ne peuvent ni ne doivent aller à l'encontre d'une décision médicale, ni se substituer à elle.

**Article 7 :** Chaque stagiaire se conformera à la législation en vigueur sur le tabac.

**Article 8 :** Chaque stagiaire doit être assuré et posséder une responsabilité civile.

**Article 9 :** Pour des raisons de sécurité, seules les techniques et protocoles enseignés lors de la formation peuvent être pratiqués au sein de l'Institut.

## DISCIPLINE GÉNÉRALE

**Article 10 :** Chaque stagiaire doit respecter le matériel de l'Institut et pourra être imputé financièrement en cas de détérioration volontaire de celui-ci.

**Article 11 :** Chaque stagiaire est tenu d'avoir un comportement correct et respectueux à l'égard de toute personne présente à l'Institut.

**Article 12 :** Tout manquement du stagiaire aux

prescriptions du présent règlement pourra faire l'objet d'une sanction matérialisée par l'exclusion temporaire ou définitive du stagiaire.

**Article 13 :** En cas d'exclusion, tel que défini à l'article 12, aucun remboursement ne sera accordé au stagiaire.

## CONDITIONS FINANCIÈRES

**Article 14 :** La formation de base est répartie sur 3 week-ends de 3 jours ou en période groupée, et est payable dans sa totalité lors du premier cours.

**Article 15 :** En cas de difficulté, l'encaissement du règlement pourra être échelonné suivant des modalités établies entre l'élève et l'Institut.

**Article 16 :** Conformément à la loi du 12 juillet 1971, tout stagiaire quittant le stage pour des raisons de force majeure, sera remboursé de son stage au prorata de la formation non effectué, déduction faite d'un pourcentage de 30 % correspondant aux frais incompressibles déjà engagés. Aucun remboursement ne saurait être accordé en cas de départ volontaire.

**Article 17 :** Les massages : Impérial, Hypoténuse et Onavi sont des propriétés de l'Institut Hypoténuse. Seul l'Institut Hypoténuse peut les enseigner ; leur pratique est libre pour toute personne en ayant reçu l'enseignement. Tout manquement à cet article exposerait le contrevenant à des poursuites et aux sanctions légales encourues.

**Article 18 :** L'inscription à la formation entraîne l'acceptation de facto du présent règlement intérieur.

## NOTRE ENGAGEMENT CHARTE QUALITÉ

**Afin d'assurer la qualité de l'enseignement, de sa bonne compréhension et de sa bonne pratique, toute personne ayant effectué une formation de l'Institut peut revenir à titre gratuit pour tout ou partie de cette formation, autant de fois qu'il le désire sans limitation dans le temps.**

Direction :  
INSTITUT HYPOTENUSE  
218 rue Frédéric Mistral  
83600 FRÉJUS

Centre administratif, secrétariat :  
INSTITUT HYPOTENUSE  
1 place du marché  
45340 BOISCOMMUN

E.mail : [edb@hypotenuse-institut.com](mailto:edb@hypotenuse-institut.com)  
Portable Directeur : +33 06 60 69 88 85  
Fax mobile : +33 06 60 61 88 85  
Tel Secrétariat : +33 02 38 32 00 63

[www.hypotenuse-institut.com](http://www.hypotenuse-institut.com)

