

## LAVOIE DU TUINA

2 rue des Bains  
67310 WASELONNE  
Email : lavoiedutuina@gmail.com  
Tel : +33626023837  
www.lavoiedutuina.com



# Formation : Pratiquer les Massages Chinois Tuina

---

*Le massage chinois Tuina vise à favoriser l'harmonie de l'énergie vitale, appelée Qi, en stimulant sa libre circulation dans le corps.*

*Fondé sur une connaissance précise des grands principes énergétiques issus de la tradition chinoise, il repose sur un ensemble de techniques variées : pressions, pétrissages, mobilisations ou encore effleurages, adaptées selon l'intention, l'intensité et les zones travaillées.*

*Pratiqué dans une optique de détente, de relaxation et de bien-être global, le Tuina se distingue par son approche structurée et personnalisée. Une attention particulière est portée à l'écoute des besoins, à l'échange en amont de la séance, ainsi qu'aux réactions observées pendant le massage. Cela permet d'ajuster les gestes en temps réel et d'éviter toute situation inadaptée, notamment en cas de contre-indications signalées.*

*Cette formation vous transmet les bases solides du massage Tuina, dans un cadre exclusivement dédié au bien-être.*

*Grâce à une progression claire et pratique, vous apprendrez à maîtriser les gestes fondamentaux de cette technique énergétique, dans une approche centrée sur la relaxation, la détente et l'écoute du corps.*

*Destinée à une intégration dans un cadre professionnel, cette pratique répond à une demande croissante pour des approches corporelles axées sur le mieux-être global.*

*Cette formation n'a pas pour objectif de valider des compétences d'ordre thérapeutique, ni relevant de la médecine douce ou de toute autre approche médicale alternative.*

*Elle donne lieu à une évaluation de compétences par un jury de professionnels externes.*

**Catégorie et but :**

*La catégorie prévue à l'article L.6313-1 est : Action de formation et a notamment pour objet de favoriser l'adaptation des travailleurs à leur poste de travail, à l'insertion professionnelle, à l'acquisition d'une qualification plus élevée ou encore de favoriser la mobilité professionnelle.*

**Durée :** 196.00 heures (28.00 jours)

**Modalités pédagogique :** Mixte

**Lieu de la formation :** LA VOIE DU TUINA 5 rue de La Poste 67310 Wasselonne

### Profils des apprenants

- La formation s'adresse exclusivement aux professionnels en activité ou en cours de création d'activité, souhaitant intégrer la pratique du massage Tuina non thérapeutique dans leur offre, en vue de développer des compétences complémentaires à leur métier. Les profils concernés sont notamment :
- Les professionnels de la beauté et de l'esthétique : coiffeurs, esthéticiens, praticiens en spa
- Les professionnels du secteur du bien-être : masseurs ou praticiens en massage bien-être

## LAVOIE DU TUINA

2 rue des Bains  
67310 WASSELONNE  
Email : lavoiedutuina@gmail.com  
Tel : +33626023837  
www.lavoiedutuina.com



- Les professionnels du secteur du sport : coachs sportifs diplômés et intervenants en activité physique tels que les professeurs de danse, de yoga, de Tai chi ou de Qi Gong notamment

### Prérequis

- Relever d'une des cibles professionnelles précitées

### Accessibilité/handicap :

Cette formation est accessible à la plupart des personnes en situation de handicap. Toutefois, notre référent en la matière se tient à votre écoute pour évaluer la faisabilité de votre projet de formation et anticiper les éventuels aménagements nécessaires et possibles.

Vous êtes en situation de handicap, intéressé par le programme ? Contactez notre Référent Handicap pour préciser votre besoin. (SERRA Audrey - lavoiedutuina@gmail.com).

### Objectifs pédagogiques

- Conduire un entretien préalable à la réalisation d'un massage chinois Tuina
- Respecter la confidentialité, l'intégrité physique et morale du client dans le cadre d'une prestation de massage chinois Tuina
- Installer le client dans un environnement adapté pour une prestation de massage chinois Tuina
- Repérer les tensions musculaires et les zones de sensibilité le long des méridiens et des muscles
- Élaborer un protocole personnalisé de massage Tuina à visée bien-être
- Mettre en œuvre le protocole de massage chinois Tuina défini
- Clôturer la prestation de massage Chinois Tuina afin d'assurer le suivi qualité de la prestation

### Contenu de la formation

- JOUR 1 : 7 heures
  - Présentation de la formation et de la plateforme E-learning
  - Respect des règles d'hygiène
  - Respect de l'intégrité physique et morale du client
  - Confidentialité & RGPD
  - Cadre du massage Tuina
  - Mise en pratique : Jeux de rôles : accueillir, installer, protéger et rassurer le client, mises en situation
  - Analyse de cas déontologiques
- JOUR 2 : 7 heures
  - Accompagnement et installation du client
  - Organisation de l'environnement de travail selon le client
  - Sélection du matériel selon le protocole Tuina pratiqué
  - Adaptation de l'environnement à des profils spécifiques (handicap, stress, hypersensibilité...)
  - Mise en pratique : Ateliers de préparation d'un espace de massage personnalisé
  - Éthique et posture du praticien
  - QCM
- JOUR 3 : 7 heures
  - Clôturer la séance de massage et accompagner le retour au moment présent
  - Répondre aux interrogations du client

## LAVOIE DU TUINA

2 rue des Bains

67310 WASSELONNE

Email : lavoiedutuina@gmail.com

Tel : +33626023837

www.lavoiedutuina.com



- Conseils post-séance personnalisés
- Hygiène de vie selon la tradition chinoise
- JOUR 4 : Théorie fondamentale appliqués au Tuina - 7 heures
  - Yin/Yang, 5 éléments
  - Mise en pratique : observation et palpation selon ces théories fondamentales
- JOUR 5 : Théorie fondamentale appliqués au Tuina - 7 heures
  - Notion d'énergie (Qi)
  - Introduction aux méridiens et points relachements musculaires
  - Mise en pratique : observation et palpation des méridiens et points
  - QCM
- JOUR 6 : 7 heures
  - Adopter une posture de travail durable pour prévenir les troubles musculo-squelettiques (TMS)
  - Ajustement de la hauteur de table
  - Prévention des douleurs chez le praticien (nuque, poignets, épaules, dos)
  - Mises en situation type
- JOUR 7 : 7 heures - Qi Gong et renforcement musculaire
  - Histoire du Qi Gong
  - Apprentissage et pratique du Qi Gong pour renforcement musculaire a visée d'amélioration de l'efficacité des techniques
  - Prévention des douleurs chez le praticien (nuque, poignets, épaules, dos) : Qi gong et postures justes
- JOUR 8-9-10 : Initiation à l'anatomie appliquée au massage Tuina bien-être - 21 heures
  - Introduction aux systèmes : osseux, musculaire, articulaire
  - Anatomie des membres inférieurs, supérieurs, du rachis, du tronc et du crane : muscles, os, tendons, articulations
  - Fonction des muscles (contraction, relâchement, massage approprié)
  - Système circulatoire, lymphatique et précautions
  - Anatomie palpatoire et repérage anatomique
  - QCM
- JOUR 11 : Apprentissage des différentes techniques de Tuina - 7 heures
  - Histoire du massage Tuina
  - Indications et contre-indications du massage Tuina
  - Adaptation du rythme et de la pression des différentes techniques de tuina selon le client et ses ressentis
  - Apprentissage et pratique des différentes techniques de Tuina
- JOURS 12-13-14-15-16-17-18 : Apprentissage des différentes techniques de Tuina - 49 heures
  - Révisions des techniques précédentes
  - Apprentissage et pratique des différentes techniques de Tuina
  - Mise en pratique : Démonstrations pas à pas, ateliers pratiques en binôme
  - Intégration anatomique dans la pratique du Tuina
  - Pratique du Qi Gong pour renforcement musculaire
- JOURS 19-20-21-22-23-24-25-26 : Apprentissage des protocoles de massages - 56 heures
  - Apprentissage des différents protocoles par zone : Dos, nuque, membres supérieurs, membres inférieurs, tronc (abdomen + thorax) et crâne
  - 2 protocoles par zones : 1 soft et un strong
  - Choix et adaptation des techniques du protocole selon les zones à travailler et en fonction du client
  - Respect du rythme et de la pression des différentes techniques de tuina.
  - Utilisation raisonnée d'accessoires (outils de massage bois et bambou) selon le protocole
  - Prise en compte de la situation de handicap : adaptation du protocole, de la durée, des techniques si besoin

## LAVOIE DU TUINA

2 rue des Bains  
67310 WASSELONNE  
Email : lavoiedutuina@gmail.com  
Tel : +33626023837  
www.lavoiedutuina.com



- Respect de la chronologie et du temps annoncé
- Analyse des ressentis du client
- Mise en pratique : Démonstrations pas à pas, ateliers pratiques en binôme, mises en situation avec profil client simulé (âge, mobilité, attente spécifique)
- Pratique du Qi Gong pour renforcement musculaire
- JOUR 27 : Préparation aux évaluations - 7 heures
  - Présentation des attendus du dossier professionnel et de l'épreuve pratique
  - Méthodologie de rédaction d'un compte rendu
  - Analyse de fiches exemples
  - Déroulement type d'une séance
  - Mises en situation complètes (Simulations en binôme avec scénarios imposés)
  - Accompagnement individuel
- JOUR 28 : Evaluations de fin de formation - 7 heures
  - Présentation du dossier professionnel et épreuve pratique

### Organisation de la formation

#### Équipe pédagogique

Lucas Serra est un spécialiste reconnu en massage Tuina et en énergétique chinoise, avec un parcours riche et rigoureux dans le domaine des arts traditionnels chinois.

Fondateur et directeur de l'École de Médecine Traditionnelle Chinoise (EMTC) Grand Est, il transmet depuis plusieurs années son expertise à travers l'enseignement du Tuina, du Qi Nei Zhang, ainsi que des fondements théoriques et pratiques de la Médecine Traditionnelle Chinoise.

Titulaire d'un Master of Traditional Chinese Medicine de l'Université de Nanjing (Chine) et diplômé de l'institut Shaoyang en Médecine Traditionnelle Chinoise et Qi Gong, il allie une solide formation académique à une longue pratique de terrain. Il est également praticien en énergétique chinoise.

Par ailleurs, Lucas Serra est professeur de Qi Gong et de Kung Fu, détenteur du CQP AMCX (Certificat de Qualification Professionnelle d'Animateur de Loisirs Sportifs, option Arts Martiaux Chinois Externes), ce qui lui confère une approche complète et corporelle de l'énergie.

Sa pédagogie repose sur une transmission vivante, accessible et rigoureuse, ancrée dans la tradition tout en étant adaptée aux réalités du bien-être professionnel.

#### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Vidéos pour l'apprentissage du trajet des méridiens.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques.
- Etude de cas concrets.
- Temps d'échanges entre les apprenants eux-mêmes et avec le formateur lors de chaque séance et suivi individuel des apprenants.
- Mise à disposition de documents et supports pédagogiques.

## LAVOIE DU TUINA

2 rue des Bains  
67310 WASSELONNE  
Email : lavoiedutuina@gmail.com  
Tel : +33626023837  
www.lavoiedutuina.com



### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Mise en situation permettant de vérifier l'aptitude du stagiaire à restituer les connaissances théoriques et pratiques acquises en cours de stage.
- Feuilles de d'émargement.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

### Modalités d'appréciation des résultats de la formation :

L'évaluation s'articule en deux épreuves : un dossier professionnel et une mise en situation pratique devant un jury.

### ME1 - Dossier professionnel comprenant les comptes rendus de 10 séances de massage chinois Tuina :

Le candidat doit avoir réalisé au moins 10 séances (1 séance par client, 10 clients différents) de massage chinois Tuina, entre la date de fin de formation et la date de dépôt du dossier de candidature des épreuves certificatives devant le jury.

Chaque compte rendu doit faire état :

- des informations générales du client
- de la demande du client
- des éventuelles restrictions qu'il a exprimées
- des techniques de massage Tuina déployées et des zones massées
- des éventuelles difficultés rencontrées (dans l'ensemble de la prestation) et de la manière dont elles ont été traitées
- des propositions d'améliorations pour améliorer sa pratique
- des recommandations faites au client post prestation

Il appartient au candidat d'apporter les preuves écrites de la réalisation de ces 10 séances :

- Un tableau récapitulatif.
- Les comptes rendus pour chacun des 10 clients (1 page/client).

Le candidat remet également les attestations suivantes :

- Une attestation sur l'honneur mentionnant qu'il est le seul rédacteur de ces documents et qu'il n'a bénéficié d'aucune aide.
- Une attestation sur l'honneur des modèles pour non-contre-indications à recevoir le massage chinois Tuina et confirmant sa majorité.

**Compétences évaluées :** C4 et C5.

### ME2 - Mise en situation professionnelle simulée :

Le candidat reçoit un client (incarné par un modèle) et procède au déroulement d'une prestation complète de massage chinois Tuina.

Ce modèle devra impérativement être majeur et dénué de problèmes de santé, contre-indiquant le massage Tuina. Il remettra en ce sens une attestation à compléter fournie en amont par l'organisme certificateur.

Au cours de la prestation, l'un des membres du jury professionnel extérieur à l'organisme certificateur pourra s'il le souhaite prendre la place du modèle pour tout ou partie de la mise en situation professionnelle.

La simulation est doublée d'un échange conduit par des questions que le jury pose au candidat tout au long de celle-ci.

**Compétences évaluées :** C1, C2, C3, C4, C5, C6 et C7

## LAVOIE DU TUINA

2 rue des Bains  
67310 WASSELONNE  
Email : lavoiedutuina@gmail.com  
Tel : +33626023837  
www.lavoiedutuina.com



**Durée** : 60 minutes

### Modalités et délais d'accès

Pour toutes nos formations, merci de vous inscrire en nous contactant par téléphone, par mail ou via le formulaire de contact sur notre site internet. Votre demande d'inscription sera traitée dans un délai de deux jours ouvrés. Une inscription est possible jusqu'à 5 jours ouvrés avant le début de la formation. L'inscription est réputée acquise lorsque le contrat ou la convention de prestation est retournée signée.

Pour tout projet de formation en intra ou hors calendrier prévisionnel, notre équipe s'engage à le mettre en œuvre dans un délai inférieur à 4 semaines.

### Dates de la formation

La formation présentée est formulée en inter. Les dates mentionnées dans le contrat/convention sont celles qui ont été définies avec le client ou choisies d'après le calendrier annuel consultable sur notre site. Pour toute demande d'autres dates ou d'aménagement de contenu de programme pour une formation en intra merci de prendre contact avec nous par téléphone ou par mail. Votre demande sera traitée dans un délai d'un jour ouvré.

**Prix** : 3500.00 euros net de TVA (en intra : nous consulter)