



**VOTRE LIEU DE FORMATION :**

**Hôtel Le Manoir - 37 rue Georges 1<sup>er</sup> - 73100 AIX LES BAINS**

1. Situation
2. Horaires et repas
3. Affaires à apporter
4. Résultats de votre centre de formation
5. Les bonnes adresses où dormir
6. Choisir sa table de massage post formation
7. Règlement intérieur (à lire, il concerne la vie du centre)

*Situé entre lac et montagne, la ville thermale d'Aix les Bains se trouve à 3h de TGV de Paris, et à 1h des aéroports de Lyon ou de Genève en auto.*

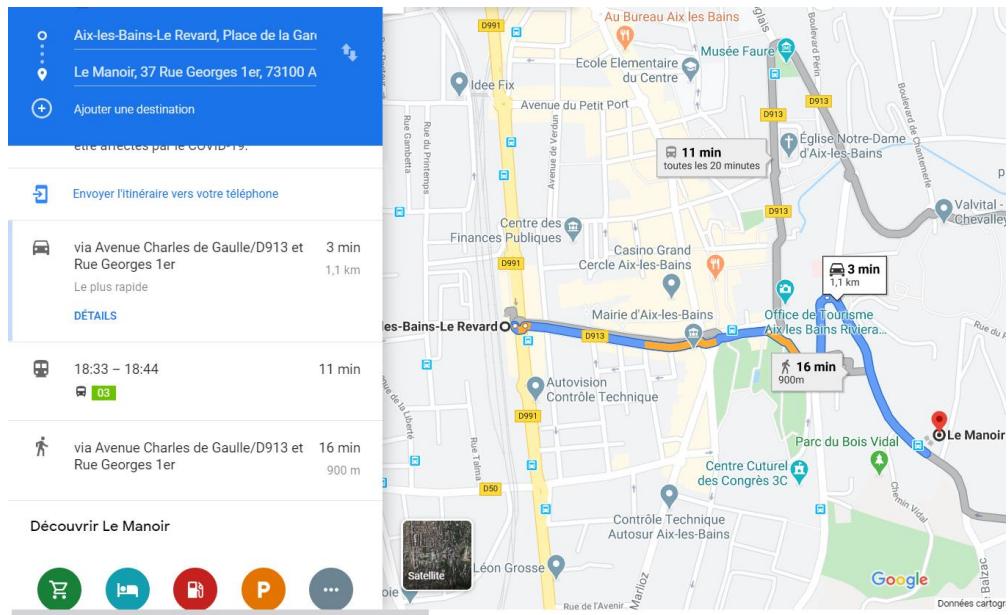
*Les cours se déroulent dans un hôtel, situé à 15 minutes à pied de la gare.*

*Voici le lien pour vous laisser guider : <https://goo.gl/maps/ooHdAZoSN996S5Gv9>*

*En auto, c'est à seulement 7 minutes de la sortie d'autoroute Aix les Bains Nord.*

*Une pause nature et ressourcement qui s'offre à vous, à chacune de vos formations.*

*L'équipe Azur massages est heureuse de vous accueillir à Aix-les-Bains !*



**AZUR MASSAGES : adresse postale : 71 boulevard des Anglais, 73100 AIX LES BAINS**  
[www.azurmassages.com](http://www.azurmassages.com) - Tel 06 37 50 36 45 - [azurmassage@gmail.com](mailto:azurmassage@gmail.com)

**ADRESSE POSTALE pour toute correspondance**  
AZUR MASSAGES 71 boulevard des Anglais  
73100 AIX LES BAINS

### **Horaires des cours**

**9h 12h / 13h 17h** (prévoir 17h15)

Le centre ouvre ses portes à 8h40. **Le thé et le café sont offerts à votre arrivée.**

### **Les pauses déjeuner :**

Un frigo est à votre disposition. L'espace ne dispose pas de quoi cuisiner.

Les élèves apportent leurs repas. Des micro-ondes sont à disposition.

Aux beaux jours, ils profitent de la belle et grande terrasse dans le jardin du Manoir.

Pour des raisons sanitaires si possible, pensez à apporter votre tasse car sur place il y en a mais elles sont toutes identiques.

### **Affaires à apporter en cours pour les modules de 2 jours :**

Selon les modules cela peut différer, la liste est jointe à chaque CONVOCATION.

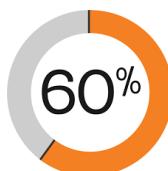
De manière générale pour les modules de massage à l'huile les affaires à apporter :

#### Pour les modules de 4 jours :

- de quoi prendre des notes, stylo, cahier
- un classeur avec 20 pochettes transparentes (40 pages) pour le document pédagogique
- 2 draps (housse) une personne (neufs ou usagés) afin de recouvrir les tables de massage
- 2 draps plat une personne (idéalement pas de paréo ni de grande serviette éponge)
- 2 serviettes éponge de taille moyenne
- votre huile de massage végétale (pas de paraffine ni huile minérale) et sans parfum (sauf huiles essentielles éventuellement) à tous les modules.
- une tenue confortable pour masser (*survêtement ou bien pantalons amples ou stretch*)  
Conseillé : maillot de bain 2 pièces *plutôt que des sous-vêtements, au choix.*
- ATTENTION : pas de parfum en salle de formation.*
- chaussures confortables style baskets ou chaussons d'intérieur, à semelle souple et *antidérapantes (il existe des chaussettes antidérapantes aussi ☺)*

### **Taux de recommandation**

Votre centre de formation compte un pourcentage de recommandation « bouche à oreille » de 60%. *Source : formulaires de première inscription.*

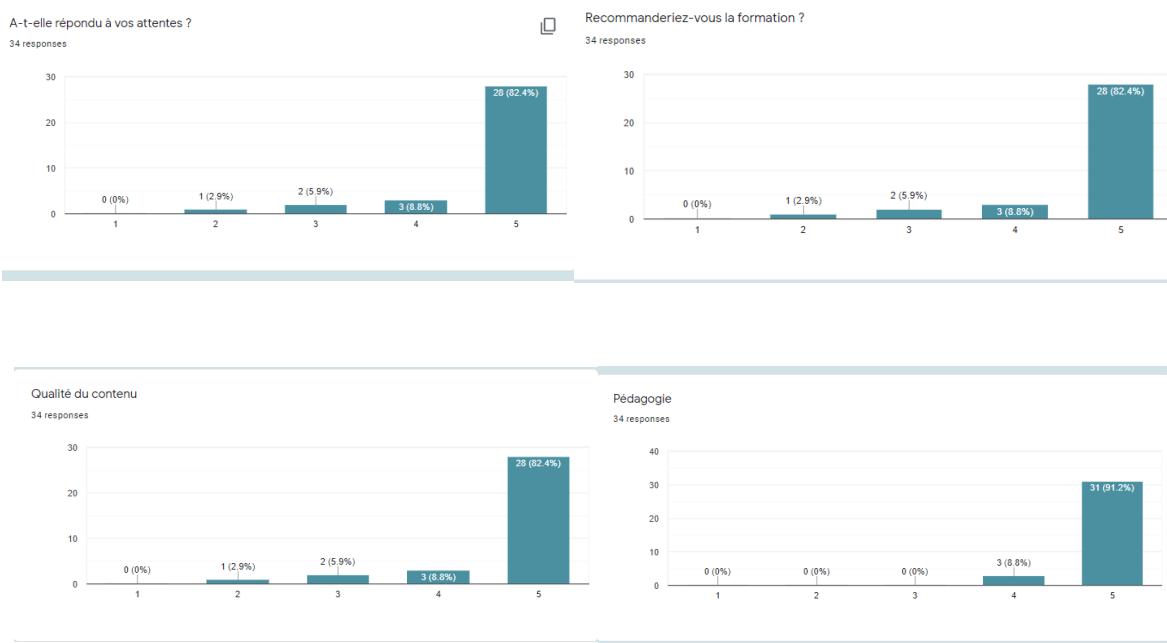


## TAUX DE SATISFACTION des stagiaires

Mise à jour le 11 mars 2021

Notre taux de satisfaction est basé sur des questions précises posées à l'issue de chacun de nos modules. Vous avez ici un retour sur les indicateurs les plus importants.

Barème : 1 peu satisfaisant à 5 très satisfait.



## TAUX DE REUSSITE des stagiaires

Mise à jour le 11 mars 2021

TAUX de réussite du CURSUS Suédosportif de 270 h (11 modules)

2019	PARTICIPANTS au cursus : 16 ADMIS 13 ÉCHECS 3  Taux de réussite 2019 = 77 %
------	---

## ADRESSES utiles pour se loger à AIX LES BAINS

### Recommandées par nos stagiaires

#### **M Serge Roux Levrat**

92 boulevard des anglais

TEL 07 83 34 24 72 de la part d'Azur massages.

Pour une visite des lieux, sur le site : Mais pour passer en direct, vous avez son contact.

[www.airbnb.fr/rooms/44388701](https://www.airbnb.fr/rooms/44388701)

Pour une réservation, le propriétaire s'engage à faire 60€ la nuitée au lieu de 80€ pour les stagiaires d'Azur massages. Jardin avec transat.

#### **Marie-Laure NOTARANGELO**

Propriétaire de 2 appartements dont voici les annonces : Mais pour passer en direct, vous avez son contact. TEL : 06 56 80 27 18 de la part d'AZUR MASSAGES

**STUDIO 112 :**

[https://www.airbnb.fr/rooms/34249032?check\\_in=2021-01-18&check\\_out=2021-01-23&s=67&unique\\_share\\_id=97195000-f65d-4bf6-8f03-8f6f7238f521](https://www.airbnb.fr/rooms/34249032?check_in=2021-01-18&check_out=2021-01-23&s=67&unique_share_id=97195000-f65d-4bf6-8f03-8f6f7238f521)

**STUDIO 110 :**

[https://www.airbnb.fr/rooms/39488236?check\\_in=2021-01-18&check\\_out=2021-01-23&s=67&unique\\_share\\_id=ce598ff7-4bfb-4ca8-a650-d294f29450b2](https://www.airbnb.fr/rooms/39488236?check_in=2021-01-18&check_out=2021-01-23&s=67&unique_share_id=ce598ff7-4bfb-4ca8-a650-d294f29450b2)

#### **Natacha CAIGNARD**

83, Bd des Anglais 73100 Aix-les-Bains

TEL 06 63 79 29 73 de la part d'AZUR MASSAGES

C'est un magnifique appartement avec 1 chambre à coucher et 1 canapé-lit au salon. Cuisine bien équipée. Douche à l'italienne.

Elle demande 60€/nuit sans distinction semaine ou week-end et elle fait le ménage.

Natacha ne loue pas de début mai jusqu'à la fin de l'été car ils reprennent possession des lieux avec l'accès à la piscine. Appartement pleins pieds, en dessous de leur logement

Lien Airbnb pour les photos

: [https://fr.airbnb.ch/rooms/4479565?wl\\_source=list&wl\\_id=238430491&role=wishlist\\_owner&adults=1&children=0&infants=0](https://fr.airbnb.ch/rooms/4479565?wl_source=list&wl_id=238430491&role=wishlist_owner&adults=1&children=0&infants=0)

#### **Pascal**

82, Bd des Anglais 73100 Aix-les-Bains

TEL : 07 78 84 25 08 de la part d'AZUR MASSAGES

52€/nuit du dimanche soir au vendredi matin 60€/nuit du vendredi soir au dimanche matin

Lien Airbnb pour les photos :

[https://fr.airbnb.ch/rooms/10678266?location=Aix%20les%20Bains%2C%20France&check\\_in=2018-09-10&check\\_out=2018-09-14&s=201A9oW1](https://fr.airbnb.ch/rooms/10678266?location=Aix%20les%20Bains%2C%20France&check_in=2018-09-10&check_out=2018-09-14&s=201A9oW1)

#### **Simone SEMPERE**

**Chambre chez une artiste peintre**

Tel 06 63 17 36 62 de la part d'Azur massages Environ 30 euros/nuit.

#### **Anaïs DELPLANCHE**

Tarif préférentiel pour azur massages en la contactant directement : 35 € la nuit

Tel 06 66 61 61 65

Lien vers la fiche pour voir l'appart : <https://abnb.me/0V9BF4R8Geb>



## CHOISIR SA TABLE DE MASSAGE

*Ce document a pour objectif de vous aider à faire le bon choix.  
Les tables sont fournies en salle de cours*

La table de massage est l'outil principal du masseur bien-être. Il convient de la choisir avec soin, afin de rendre sa pratique aussi confortable que le confort du client qui s'y installera. Voici quelques conseils judicieux pour vous aider à faire le bon choix, que vous souhaitiez masser à votre institut ou en déplacement aux domiciles de vos clients.

De nombreux instituts et spas investissent dans des tables très esthétiques, très onéreuses, très larges, avec des bords en bois rare par exemple, qui sont certes très jolies mais représentent malheureusement un vrai cadeau empoisonné pour les praticiennes qui se retrouvent à masser à bout de bras leurs clients et finissent pas avoir mal au bas du dos (tables trop larges), développent des tensions musculaires au niveau des trapèzes supérieurs et éléveurs des scapulas (tables non ajustables en hauteur et souvent trop hautes), se font des hématomes aux jambes lorsqu'elles oublient en tournant autour, que ces tables ont des bords en bois et des coins carrés pointus.

**Inutile de se ruiner pour une bonne table de massage.**

Nos conseils :

### CHOISIR SA TABLE SELON SON USAGE PROFESSIONNEL :

- Usage pour massage à domicile (*le poids sera une composante primordiale*)
- Usage pour massage en institut

### LA QUALITE et le PRIX

A moins que vous ne débutez et ne soyez pas certains de votre implication dans le métier, mieux vaut de suite acheter une table de qualité. Elle sera robuste et vous la garderez très longtemps sans qu'elle ne bouge au niveau de la structure (pas de grincements) ou du revêtement.

### LE POIDS DE LA TABLE

C'est une composante à prioriser si vous vous déplacez à domicile ! Pensez donc à bien regarder le poids de votre table avant achat.

Les tables avec structure en aluminium sont souvent les moins lourdes (12kg)

*Attention : certaines tables pour gagner en poids sont moins longues que d'autres (Advanta de chez Oakworks) donc si vous voulez passer des basketteurs, ce modèle est à oublier.*

**AZUR MASSAGES : adresse postale : 71 boulevard des Anglais, 73100 AIX LES BAINS**

**[www.azurmssages.com](http://www.azurmssages.com) - Tel 06 37 50 36 45 - [azurmssage@gmail.com](mailto:azurmssage@gmail.com)**

*Sinon, c'est un modèle très agréable, léger, une forme esthétique, j'ai fait de nombreuses saisons en Corse sur les yachts, dans les villas ou encore en vieille ville de Bonifacio où il faut monter des étages élevés pour arriver chez son client, c'est une table très pratique !!*

## **LARGEUR DE LA TABLE**

Le bon compromis : **largeur idéale 71cm** avec appuis bras en sus si besoin (cliente de forte corpulence). A partir de 74 cm cela commence à être large sauf si vous avez l'habitude de monter régulièrement sur votre table pour masser (adaptation de massage thaï ou balinalis)

**Mais attention** : ne priorisez pas le confort de votre client au détriment du vôtre ! Ceux qui vous conseilleront des tables de 74cm et plus n'ont certainement pas massé à temps plein à raison de 7h par jour ou plus. Il est important de trouver le juste milieu entre le confort de son client qui passera une heure sur votre table à relaxer, et le vôtre, qui masserez à longueur de journée.

- **Trop large** : inconfort du masseur, dos en charge surtout lors des manœuvres bilatérales. Option pour contourner le problème : effectuer des manœuvres unilatérales le plus possible et des grands glissés à partir de la tête et non des crêtes iliaques.
- **Trop étroite** : inconfort du receveur

## **HAUTEUR DE LA TABLE :**

Cela peut paraître étrange, mais si vous êtes de petite taille, veillez à ce que la table choisie puisse se baisser au minimum, certaines ne le permettent pas et vous aurez alors de la difficulté à travailler avec votre transfert de poids de corps. Pour masser de manière ergonomique, en priorisant son transfert et déplacement de poids de corps au lieu de la force, il faut impérativement ajuster sa table en hauteur.

## **UNE TABLE AJUSTABLE en hauteur FACILEMENT :**

Eh oui !! L'ajustement de la table ne se fait pas qu'en fonction de votre propre hauteur, il faut tenir compte de la corpulence de votre client : on baissera sa table d'un cran ou deux pour une personne de très forte corpulence, ou en la montera d'un cran pour une personne très mince. Cela dépend aussi du type de massage demandé (relaxant superficiel ou appuyé). En bref, il faut pouvoir ajuster facilement sa table en cours de journée si besoin.

Facile et rapide : une seule vis ou bien des crans (tables en aluminium : très facilement ajustable une fois que vous aurez pris l'habitude)

Attention aux tables avec 2 vis par pied de table, vous serez vite découragés de l'ajuster (8 vis à ajuster). *Modèles à éviter impérativement.*

## **EPAISSEUR**

Confort : épaisseur du cuir : on peut compenser avec une alaise épaisse sous le drap. L'épaisseur est bien plus confortable pour le client, mais regardez aussi le poids que cela va rajouter au poids total de la table.

**Où acheter** : les tables Oakworks sont une valeur sûre, on les trouve en ligne chez [Bodynova](#) en ligne (bons de réduction sur demande), les tables de Franck sont également très bien cotées.

# REGLEMENT INTERIEUR à lire

## 1. PREAMBULE

Azur Massages est un organisme de formations professionnelles enregistré sous le numéro 82740264774 auprès du préfet de la région Rhône Alpes. Ce numéro ne vaut pas agrément d'Etat. Azur Massages ne délivre pas de diplôme d'Etat.

## 1. PUBLIC CONCERNE

Les stagiaires en cours de formation chez Azur Massages, durant la durée de la formation, que ce soit lors d'un module ou d'un cursus complet.

## 2. HORAIRES DE FORMATION, PRESENCE et EMARGEMENT

Les cours débutent à 9h et se terminent à 17h / 17h15 sauf exception. Les stagiaires seront tenus de respecter ces horaires et de signer la feuille d'émargement le matin et après-midi. Les formateurs se réservent le droit d'aménager les horaires en fonction des besoins, et avec l'accord de la direction.

## 3. SALLE DE COURS

La salle de cours doit rester nette de toute salissure extérieure : les chaussures de ville restent à l'entrée. Sont conseillés pour les cours : des chaussettes antidérapantes, chaussons souples, ou baskets d'intérieur.

Les tables sont installées chaque matin, rangées le soir après un nettoyage à l'éponge\* ou bien laissées en place avec un set up refait. (\*et ce, par les stagiaires).

La salle doit être débarrassée de tout effet personnel sauf accord oral du formateur.

La salle peut être occasionnellement utilisée après les cours à des fins de pratique par les élèves, selon les disponibilités et sur accord oral de la direction.

## 4. MATERIEL

Tables de massage, coussins et autre matériel est mis à disposition des stagiaires en cours. Ces derniers doivent en prendre soin et le restituer en l'état à l'issue de leur formation. Il est interdit d'emporter du matériel de l'école à l'extérieur sans accord de la direction.

## 5. DOCUMENTS PEDAGOGIQUES

Les supports et les documents pédagogiques utilisés en cours sont la propriété d'Azur Massages et sont destinés à l'usage exclusif des stagiaires participant au module concerné. Il est interdit de photocopier, photographier et d'utiliser ces documents à d'autres fins ainsi que de les partager avec des personnes extérieures aux formations.

## 6. PHOTOS / VIDEOS / TELEPHONES PORTABLES

Il est strictement interdit de prendre des photos et des vidéos en cours sauf accord du formateur.

Les téléphones portables doivent rester éteints ou en mode vibreur et rangés dans les vestiaires.

## 7. DROIT A L'IMAGE

Des photos et des vidéos sont régulièrement prises en cours de formation par Azur Massages à des fins de partage et de communication sur, entre autres, la page Facebook, très animée lors des cursus. Une fiche d'autorisation au droit à l'image est signée à l'entrée en formation.

## 8. RESERVATION hébergement/transport

Azur Massages se réserve le droit d'annuler une session 21 jours à l'avance, dans ce cas, l'organisme ne se tient pas responsable des frais de déplacement ou hébergement engagés par le stagiaire pour le module en question. Pour une annulation d'une durée inférieure, le montant du déplacement pourra être pris en charge à hauteur de la moitié sur présentation de facture de réservation.

## 9. TENUES et HYGIENE des stagiaires

Les stagiaires sont tenus de venir en cours en tenue propre et décente : cheveux attachés, ongles courts, sans vernis, sans montre ni bracelet. La tenue idéale pour masser reste le pantalon de jogging ou legging, ou le pantalon de toile ample et confortable.

Les fumeurs doivent se laver les mains après chaque pause et veiller à ce que leurs vêtements et leur haleine ne sentent pas la cigarette en cours.

Afin de respecter chacun et de limiter les mélanges d'odeurs, les parfums sont interdits. Seuls sont autorisés les déodorants. Les draps et serviettes doivent être propres pour l'usage pendant les cours.

## **10. COMPORTEMENT**

Les cours se déroulent dans la convivialité et la bonne humeur. Cependant, le silence doit être respecté lorsqu'il est demandé, en particulier lors des explications et démonstrations. Tout comportement abusif ou perturbateur non maîtrisé d'un stagiaire entraînera un avertissement, et pourra conduire à l'exclusion du cours si répétitions.

## **11. DEONTOLOGIE**

Les stagiaires s'engagent à :

- être à l'écoute et respecter la pudeur de chacun de leur binôme en cours pratique,
- ne pas tenir de discours politique ni religieux en formation,
- ne pas s'improviser psychologue, naturopathe, diététicien ou autre sans en avoir les compétences,

## **12. INTERDICTIONS FORMELLES**

L'introduction ou la consommation de drogue ou de boissons alcoolisées dans les locaux est formellement interdite ainsi que de pénétrer ou séjourner en état d'ivresse ou sous l'emprise de drogue. En application du décret n° 92-478 du 29 mai 1992 fixant les conditions d'application de l'interdiction de fumer dans les lieux affectés à un usage collectif, il est interdit de fumer dans les locaux de la formation.

## **13. ESPACE RESTAURATION ET ESPACES EXTERIEURS**

La cuisine (salle, vaisselle, évier, four à micro-ondes et plaque de cuisson) est à la disposition des stagiaires ainsi qu'un espace dans le frigo. La vaisselle doit impérativement être faite et rangée, et la place rendue nette à la fin de chaque journée. Le frigo doit être laissé propre. Des cendriers sont à disposition à l'extérieur pour les fumeurs qui doivent se tenir loin des portes et fenêtres afin de ne pas incommoder les espaces de passages.

## **14. VESTIAIRES**

Les stagiaires doivent ranger leurs effets personnels dans l'entrée et ne pas encombrer les espaces de passages. Les lieux doivent rester rangés en fin de journée.

## **15. Vols ou DOMMAGES**

Les stagiaires doivent veiller à ne pas laisser traîner du matériel de valeur. Azur massages déclinant toute responsabilité en cas de perte, vol ou détérioration.

## **16. CONDITIONS d'ANNULATION**

- En cas d'annulation du cursus à moins de 45 jours du jour 1, les arrhes + frais de dossier seront retenus.
- En cas d'annulation du cursus à moins de 21 jours du jour 1, les arrhes + frais de dossier sont retenus + le montant du premier module du cursus.
- En cas d'annulation de dates sur un cursus dont les premiers modules ont été effectués, le montant du premier module qui suit reste dû.

CELA NE S'APPLIQUE PAS en cas de force majeure (attestation d'entrée aux études, reprise de travail, grossesse, maladie : présentation 2 certificats médicaux).

## **17. SANCTIONS**

Tout manquement au règlement intérieur peut faire l'objet de sanction pouvant aller de l'avertissement à l'exclusion du centre de formation. En cas de renvoi, le remboursement de la formation ne pourra être envisagé. En cas de financement par un organisme, l'objet de l'exclusion sera communiqué à ce dernier. En cas de participation partielle à un cycle, l'attestation de stage ne sera pas délivrée.

## **18. DIFFUSION du règlement intérieur**

Ce règlement est affiché dans les locaux du centre de formation et disponible sur le site <http://www.azurmssages.com> et transmis à chaque nouveau stagiaire à son inscription. Nul ne peut prétendre l'ignorer.