



ACADEMY
SWISS D'ESTHETIQUE

FORMATION EN LIGNE · MASSAGE RELAXANT & BIEN-ÊTRE

MASSAGE CALIFORNIEN

Le grand classique de la détente profonde

Né en Californie dans les années 1970, le massage californien associe de longs mouvements enveloppants, fluides et continus. Il procure un profond relâchement physique et mental et constitue une prestation incontournable en institut et en spa.

100 %

EN LIGNE · 24/7

Origine

CALIFORNIE · ANNÉES 70

Certificat

ASE · EDUQUA

Formation en ligne · accès immédiat · à votre rythme

Academy Swiss d'Esthétique · Le Grand-Saconnex · certifiée EduQua



Massage Californien

Programme, bienfaits & précautions



Ce que vous apprendrez

- Origines, philosophie et principes du massage californien
- Installation du client, posture et ergonomie de la praticienne
- Choix et utilisation des huiles de massage
- Manœuvres de base : effleurages, pétrissages, lissages
- Protocole complet face dorsale et face ventrale
- Rythme, enchaînements et qualité du toucher



Les bienfaits

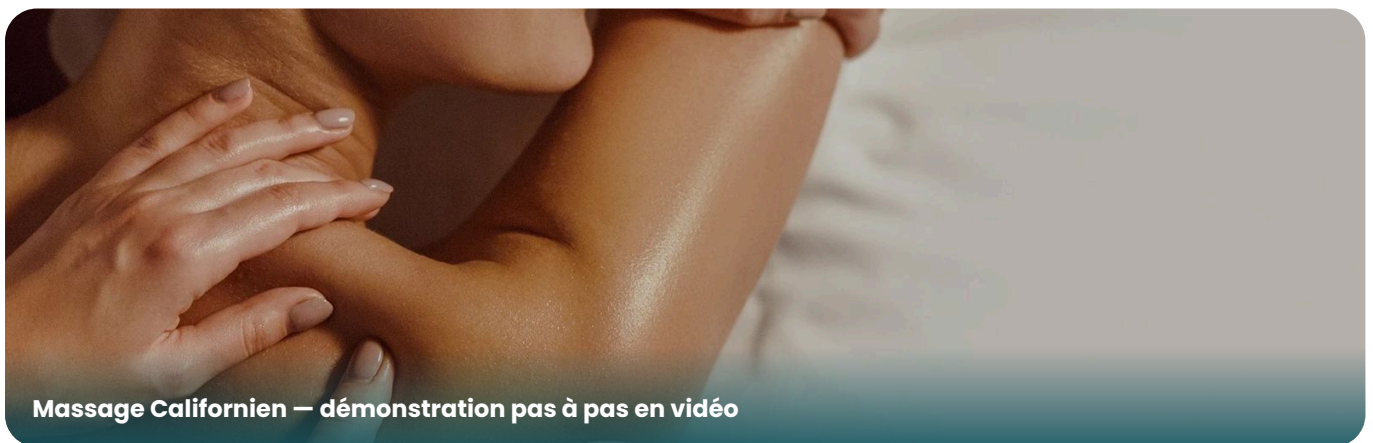
- Relâchement musculaire et nerveux profond
- Diminution du stress et de la fatigue
- Meilleure conscience du corps
- Sensation de bien-être et d'unité



Précautions

Principales contre-indications étudiées :

- Fièvre, infection ou maladie contagieuse
- Troubles circulatoires, phlébite, varices marquées
- Lésions cutanées, plaies, inflammations



Massage Californien — démonstration pas à pas en vidéo

Votre formation en ligne

Comment ça marche



Accès 24h/24, 7j/7

Vous apprenez quand vous voulez, à votre rythme, depuis chez vous.



Vidéos pas à pas

Chaque manœuvre démontrée en détail, à revoir autant de fois que nécessaire.



Fiche protocole

Le protocole complet à télécharger pour pratiquer en autonomie.



Quiz & certificat

Validez vos acquis et obtenez votre certificat ASE.

TARIF — FORMATION EN LIGNE

CHF 260.—

Massage Californien · accès à l'ensemble des contenus



Cette formation fait partie du programme **Spa Praticienne** de l'Academy Swiss d'Esthétique. Combinez plusieurs massages pour construire votre carte de soins.



ACADEMY
SWISS D'ESTHETIQUE

Rejoignez-nous

Academy Swiss d'Esthétique — École d'esthétique & spa

Chemin du Pavillon 2 · 1218 Le Grand-Saconnex

+41 77 472 33 68 · +41 22 710 41 10

contact@acadyse.ch

www.acadyse.ch

Formation en ligne · accès immédiat

CERTIFICATION EDUQUA 2025–2026