

Dream massage

En 3 jours, la formation DREAM vous transmet une technicité complète pour maîtriser une méthode de massage professionnelle, structurée et hautement personnalisable.

Créée par Gil Amsallem et issue de 25 ans d'expertise, DREAM n'est pas seulement un massage : c'est une architecture de soin 5D (synergie 5 en 1) conçue pour répondre à l'ensemble des besoins de vos clients au sein d'un seul rituel.

La méthode combine cinq dimensions complémentaires :

- Drainant (légèreté, élimination)
- Relaxant (calme, sommeil, sérénité)
- Énergisant (vitalité, tonus)
- Amincissant (action ciblée peau et tissus)
- Modelant (fermeté, contours redessinés)

Grâce au « solfège du massage », vous apprenez à composer des séances efficaces, cohérentes et adaptables, que ce soit en massage complet ou en focus sur un objectif précis (stress, fatigue, rétention d'eau, cellulite...).

La formation inclut également des postures ergonomiques pour masser avec puissance et précision, sans vous épuiser.

Objectifs

- > **COMPRENDRE** les bases théoriques des différentes techniques de massage (Drainant, Relaxant, Énergisant, Amincissant, Modelant).
- > **MAÎTRISER** les gestes et enchaînements propres à chaque technique, avec précision et sécurité.
- > **ADAPTER** le protocole aux besoins du client : attentes, zones prioritaires, état physique et contre-indications.

PRÉ-REQUIS

Brevet des collèges ou équivalent.

PUBLIC

Voir p16

FORMATEUR

Gil Amsallem

DATES - 3 SESSIONS

12-14 juin 2026

29-31 janvier 2027

11-13 juin 2027

TARIFS

Préférentiel :

505 euros

Référentiel :

630 euros

Une **ATTESTATION DE FORMATION** vous sera délivrée sur présentation d'un livret comportant 14 pratiques.



NOUVEAUTÉ

Programme

Capsules multimédias au cours de la formation (p13)

JOUR 1

- Présentation du protocole DREAM
- Massage drainant : principes du drainage lymphatique, indications et contre-indications
- Le « solfège du massage » : manœuvres fondamentales et gestes techniques
- Enchaînements drainants corps et visage
- Massage relaxant : stress/relaxation, respiration et détente profonde
- Séance complète : relaxation avec techniques de drainage associées

JOUR 2

- Massage énergisant : bases énergétiques, méridiens et points réflexes
- Techniques de stimulation : percussions, vibrations, frictions, étirements, points d'énergie
- Séance énergisante : dos et membres inférieurs
- Massage amincissant : peau, tissu adipeux, lipolyse et rôle du massage
- Techniques ciblées : pétrissage, palper-rouler, drainage, raffermissement
- Séance complète : amincissant avec reprise du drainage lymphatique

JOUR 3

- Massage modelant : rappels anatomie et principes de tonification
- Manœuvres profondes et ciblées : ventre, cuisses, fessiers, bras...
- Techniques de raffermissement et remodelage musculaire
- Restitution d'un DREAM massage
- Débriefing : comment proposer un DREAM massage à sa clientèle
- Synthèse et évaluation de fin de formation

Classe virtuelle en fin de parcours (p14)