



**INFORMATIONS PRÉALABLES A LIRE
AVANT TOUTE FORMATION
EN MASSAGES BIEN-ÊTRE À KERANANDA**

Rennes - 2021

INFORMATIONS PRATIQUES

Localisation

Située dans le **quartier Jeanne d'Arc**, à Rennes :

12, rue Beugeard Lancelot - 35700 Rennes

Sorties rocade : «Gayeulles/Maison Blanche » ou « Longs Champs »

Bus n°C3 arrêt « Jeanne d'Arc » - Bus n°1 arrêt « Assomption »

Métro station "Joliot Curie Chateaubriand"

Stationnement gratuit dans la rue. Attention : marché le jeudi

Merci de prêter attention à ne pas sonner chez ma voisine qui habite au 10

NB : en dehors des formations, la salle n'est pas accessible au public.

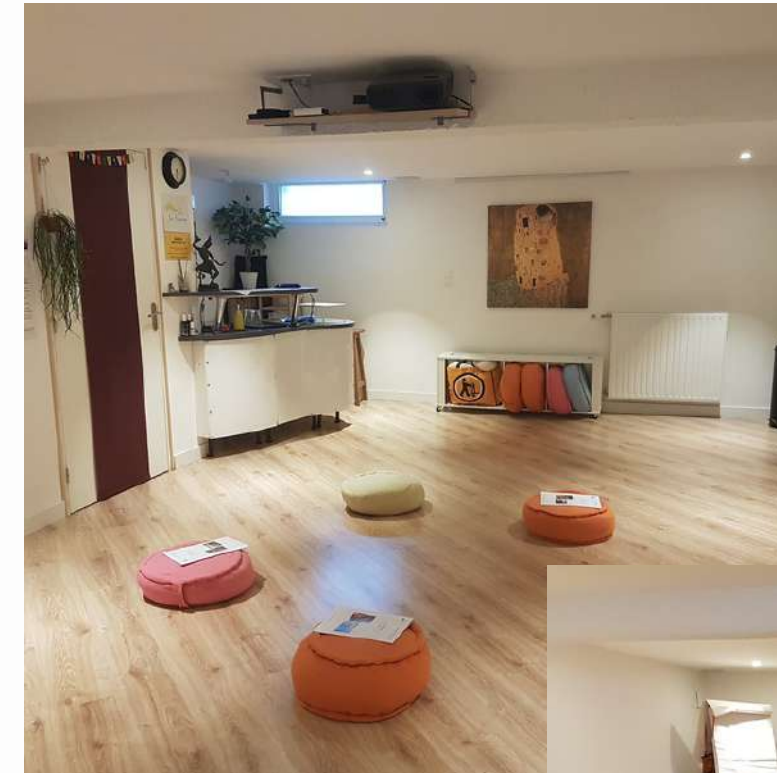
C'est une porte de garage qui vous donne l'accès à la salle de formation.

Horaires

Les formations ont en général lieu de **9h à 17h**

Je suis sur place pour vous accueillir **15 minutes avant** avec des boissons chaudes (thés, café, infusions), des jus de fruits et de l'eau.

Un grand merci à vous de respecter ces horaires dans la mesure du possible et de me prévenir à l'avance si vous aviez besoin d'ajustements.



LA SALLE DE FORMATION

Votre confort

Vous travaillerez toujours en **petits groupes**, maximum 10 personnes, afin d'être à l'écoute de chacun d'entre vous.

Lorsque les sessions durent plusieurs jours, vous pouvez laisser vos affaires de formation dans la salle pour les retrouver le lendemain sans vous charger.

A votre disposition

Vous pourrez utiliser un frigo, un micro-ondes, de la vaisselle si vous souhaitez rester déjeuner dans la salle le midi.

La salle est équipée pour les formations d'un vidéoprojecteur, de musique, d'un paperboard, de livres à consulter pendant les pauses...

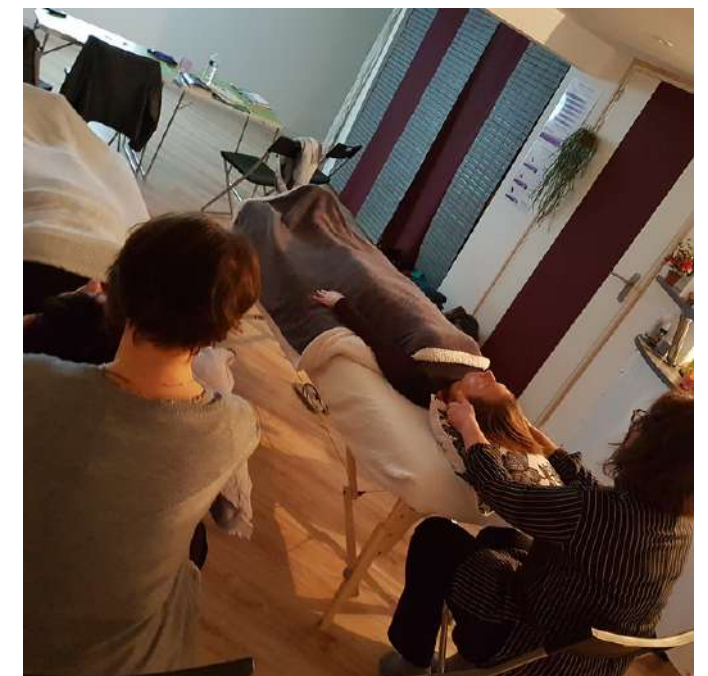
Les **tables de massage, chaises de massage et tapis de sol sont fournis.**

Documentation

Une documentation pédagogique vous sera remise, ainsi vous n'aurez qu'un minimum de notes à prendre.

Une attestation de compétences sera remise pour les modules de la formation professionnelle réglementée (FPR).

Une attestation de présence peut être délivrée sur demande pour les ateliers.



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Matériel à prévoir pour tous les modules

- Vêtements confortables (jogging, tee-shirt, short...évitez le jean, les jupes...) et souples permettant de s'étirer, de se plier - des bijoux en nombre minimum sur les mains et avant-bras
- Chaussons ou grosses chaussettes... ou pieds nus !
- Paréo ou drap/serviette de massage pour faire doux sur la table et "cocooner" les zones non massées
- Votre huile de massage si vous en avez une de prédilection (sinon vous trouverez sur place tout ce qu'il vous faudra !)

Pour le plaisir du partage

- Une zone dédiée de la salle permet de boire un thé, une tisane, de l'eau ou un jus de fruits.
- Vous pouvez apporter de quoi agrémenter les pauses avec une gourmandise, quelque chose à partager au moment de la pause goûter en commun (à boire ou à manger).

Covoiturage

Si vous souhaitez vous organiser entre vous pour co-voiturer, voilà quelques sites de regroupement efficaces et faciles d'utilisation :

- <https://www.covoitribu.fr/>
- <https://www.togetzer.com/>
- <http://www.movewiz.fr/>



MATÉRIEL SPÉCIFIQUE A PRÉVOIR PAR MODULE DE FORMATION

Praticien massage bien-être

- Un paréo ou une grande serviette de plage, de quoi prendre des notes si vous le souhaitez, des vêtements adaptés
- Vous pourrez découvrir au cours de la formation différents modèles de tables de massage, de chaises ergonomique, de matelas pour le sol afin de trouver celle qui vous conviendra.



Praticien massages assis

- En sessions 2 et 3, un paréo ou une grande serviette de toilette, de quoi prendre des notes
- Vous pourrez découvrir au cours de la formation différents modèles de chaise pour vous faire une idée de celle qui vous conviendra au mieux.

Massages à l'huile

- Un paréo ou une grande serviette de plage
- De quoi prendre des notes et écrire
- Une petite serviette de toilette
- Votre huile de massage si vous en avez une de prédilection...



Relaxation coréenne

- Un foulard de type cheich, long, en coton
- Un futon ou un grand tapis de sol si vous souhaitez vous entraîner sur votre matériel... vous trouverez des tapis de sol dans la salle
- Des protections pour les genoux si cela vous est nécessaire, vous trouverez des coussins au besoin dans la salle

Massages & maternité

- Un foulard de type cheich, long, en coton
- Un traversin ou idéalement, un coussin d'allaitement (plutôt en long qu'en demi-lune) pour le massage en latéral
- Votre/vos serviettes de massage pour recouvrir la table de massage, les tapis de sol
- Une petite serviette de toilette (recouvrir une main, un pied...)
- De quoi prendre des notes et écrire si vous le souhaitez



Anim'Bébés

- Un poupon de massage (ceux de chez Retif par exemple. Vous aurez besoin dans l'exercice de votre activité future, d'un ou de plusieurs poupons. Vous pouvez pour la formation venir avec un poupon emprunté aux enfants... et au besoin, j'en ai quelques-uns sur place
- De quoi prendre des notes et écrire si vous le souhaitez
- Une petite serviette de toilette (recouvrir une main, un pied...)
- Votre huile de massage si vous en avez une de prédilection...

MATÉRIEL SPÉCIFIQUE A PRÉVOIR PAR MODULE DE FORMATION



Anim'Kids

- Un foulard de type cheich, long, en coton
- De quoi prendre des notes et écrire, feuilles A4, feutres...
- Une petite serviette de toilette
- Votre huile de massage si vous en avez une de prédilection...
- Une couverture douce pour les pratiques de relaxation



Ateliers d'initiation

- Un paréo ou une grande serviette de plage
- De quoi prendre des notes si vous le souhaitez
- Une petite serviette de toilette
- Votre huile de massage si vous en avez une de prédilection...



Toucher dans les soins

- Un paréo ou une grande serviette de plage
- De quoi prendre des notes si vous le souhaitez
- Des vêtements adaptés



Le toucher et les huiles

- De quoi prendre des notes
- Vos huiles végétales, huiles essentielles, hydrolats et flacons

RESTAURATION

Sur place

Vous pourrez utiliser un évier, un frigo, un micro-ondes, de la vaisselle, des tables et des chaises si vous souhaitez rester déjeuner dans la salle.

Snacks & courses

- Le bar sur le rond-point juste au bout de la rue (La Petite pause) prépare des sandwiches, burgers maison, croque-monsieur et fondant au chocolat. Il accepte que vous veniez avec votre panier pique-nique si vous consommez un peu sur place à boire ou à manger en complément.
- Boulangeries (une en face sur le bd A. Carrel, une rue Danton, deux rue de Paris)
- Kebab bd de Strasbourg, traiteur charcutier et poissonnier rue de Paris.
- Carrefour market, biocoop à quelques minutes sur le bd de Metz.
- Parc de Maurepas sur le rond-point pour pique-nique.

Les restaurants

La plupart nécessitent de réserver :

- le Wok, route de Fougères si vous aimez manger asiatique, 15/20 euros
- la Via Roma, route de Fougères, pizzeria/crêperie, 10/15 euros
- Casa Breizh, rue de Fougères pour manger sénégalais, 15/20 euros



HÉBERGEMENTS PROCHES

L'Ibis Styles Rennes Cesson

Très proche en voiture, accessible avec le bus C1, parking gratuit

1 ter Route de Fougères 35510 Cesson-Sévigné 02 23 21 51 51 - hb7p3@accor.com

Appart'hôtel

En face de la polyclinique, accessible avec le bus C1

6 bis Rue du Chêne Germain, 35510 Cesson-Sévigné 02 23 25 27 60

Super insonorisé, Sauna, Salle de fitness. Voir le site

Campanile Rennes Atalante Beaulieu

Allée Antoine Becquerel 35700 RENNES 02 99 38 37 27

Le Garden

En centre-ville, sensibilité écologique, calme

3 Rue Jean Marie Duhamel, 35000 Rennes 02 99 65 45 06

Le Pavillon de Jeanne

6 rue du Docteur Bertheux 35700 RENNES 02 23 20 66 28

Auberge de jeunesse

10 Canal Saint-Martin, 35700 Rennes 02 99 33 22 33



ACHATS DE MATÉRIEL

Ludion

Vendeur professionnel de matériel, fournisseur de confiance, formé aux techniques de massage, vous pouvez contacter Laurent de ma part. En lui donnant un code que je vous donnerai en formation sur demande, vous bénéficierez d'une réduction de 10% en tant que mes élèves.

Bodynova

Très bon site de vente en ligne, matériel de grande qualité, catalogue très conséquent, très bon service après-vente, plusieurs gammes de prix. En transmettant un bon de réduction en PDF que je vous donnerai en formation, vous bénéficierez d'une remise de 10% en tant que mes élèves.

Douces Angevines

Pour de petits conditionnements, vous trouverez toute la gamme en Biocoop. Sinon, vous pouvez contacter Sophie Prud'homme pour vos commandes.

Huiloreine

Fournisseur professionnel de qualité, conditionnements de 250 mL à 5L pour de nombreuses huiles végétales, gammes en bio

Forever

Produits de grande qualité à base d'Aloe Vera.



MODALITÉS COVID

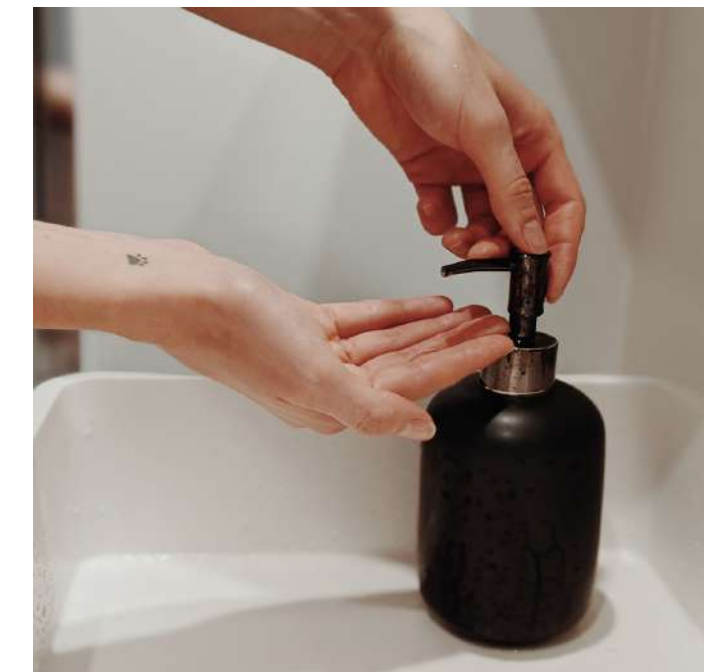
Dispositions habituelles

Ce que je mettais déjà en place pour votre confort dans la salle :

- L'aération régulière de la salle de formation pendant et entre les sessions (fenêtre et aérateur)
- La diffusion d'huiles essentielles assainissantes
- Un lavage de mains soigneux et régulier au cours de la journée
- Nettoyage des tables et tapis de massage avec un spray désinfectant à base d'huiles essentielles
- Ménage régulier de la salle de formation, des sanitaires, du vestiaire, des plans de travail et poignées de portes, interrupteurs, VMC...
- Mise à disposition d'une poubelle à pédale
- Du gel hydroalcoolique à votre disposition dans les WC

Dispositions covid

- L'affichage des gestes barrières et recommandations
- Le port d'un masque
- Du gel hydroalcoolique à votre disposition à plusieurs endroits dans la salle de formation
- Des serviettes en papier à usage unique pour vous sécher les mains
- Des lingettes désinfectantes dans la salle de formation et les WC
- Du film alimentaire à disposition si vous souhaitez recouvrir vos téléphones portables
- La vaisselle, les couverts mis à disposition habituellement ne seront plus susceptibles d'être utilisés
- Des bouteilles d'eau individuelles sur lesquelles vous pourrez apposer vos initiales, des jus de fruits en briques individuelles, des gâteaux emballés à l'unité pour les pauses
- Les tours de table se feront sur des chaises pliantes faciles d'entretien, espacées, et non au sol sur des coussins
- Les portes resteront ouvertes autant que possible afin de limiter leurs manipulations
- Les repas seront pris si possible à l'extérieur, en cas de pluie, vous pourrez bénéficier de tables désinfectées
- Des pauses seront aménagées chaque heure afin d'aérer la salle et de diffuser un spray assainissant
- En fin de journée, un ménage spécifique de la salle, du matériel, des espaces communs sera réalisé




SÉANCES & FORMATIONS

KerAnanda



Votre avis est important



Notez-nous sur 

Adresse postale

18, bd Alexis Carrel
35700 Rennes

Contacts et réseaux

contact@kerananda.com
www.kerananda.com
[Facebook](#) - [LinkedIn](#) - [Twitter](#)
[Instagram](#) - [YouTube](#)

Numéros de téléphone

02 99 27 47 53
SMS au 06 14 89 62 33