



MODULE 1.3

ANATOMIE ET PHYSIOLOGIE HUMAINE



Dernière mise à jour : 27/01/2026
Organisme de formation certifié Qualiopi

- 1 / 6 -

SOMASENS® est une marque de la SASU FONTE YOANN au capital de 3000 euros
SIRET 948 573 662 00020 – RCS 948 573 662 – NAF 8559A – NDA 93830720983
Siège social : 251 chemin des gourettes – Les bureaux du soleil BAT A – 06370 MOUANS SARTOUX
Tél : 06 28 61 57 69 – contact@formation-etre-bienetre.com – www.formation-etre-bienetre.com

SOMMAIRE

- 1. Informations générales et Équipe**
- 2. Public concerné et prérequis**
- 3. Objectifs, compétences et aptitudes**
- 4. Moyens pédagogiques et techniques**
- 5. Déroulement de la formation**
- 6. Modalités d'évaluation et sanctions**
- 7. Accessibilité et Inclusion**
- 8. Indicateurs de résultats**
- 9. Matériel nécessaire**
- 10. Tarifs et délais**
- 11. Débouchés**



1. Informations générales et Équipe

Intitulé	Anatomie et physiologie humaine
Code Formation	1.3
Modalité	PRÉSENTIEL
Format	INDIVIDUEL
Durée totale	1 jour (7 h)
Capacité	1 personne

ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE (QUALIFICATION) :

Yoann Fonte : *Massothérapeute spécialisé en techniques tissulaires profondes, circulatoires et en fasciathérapie, ainsi que sonothérapeute. Son approche est essentiellement psychocorporelle. Il est également praticien en psychothérapie, sexothérapie et thérapie de couple, ainsi qu'auteur d'ouvrages de développement personnel.*

2. Public concerné et prérequis

- Aucun prérequis aussi bien en termes d'expérience, de compétences que de diplômes / certificats / titres.
- Accessible à toute personne majeure et ne présentant pas de contre-indication médicale le jour de la formation.

3. Objectifs, compétences et aptitudes

Les objectifs visés sont les suivants :

Ce module de formation s'adresse aux professionnels en massages de bien-être en devenir ou déjà installés.

La seule connaissance de protocoles de massages est insuffisante pour garantir une prestation de qualité. Ainsi, ce module permet d'assimiler le fonctionnement du corps humain afin d'offrir un meilleur accompagnement et, de mieux intégrer les bienfaits et contre-indications relatifs au massage de bien-être.

Comprendre l'architecture humaine est la clé pour donner du sens à chaque manœuvre. Ce module explore les grands systèmes (squelettique, musculaire, nerveux...) et leurs liens avec le massage. Cette maîtrise permet d'expliquer concrètement les bienfaits physiologiques aux clients et d'adapter sa pratique avec une précision anatomique rigoureuse.

Les compétences et aptitudes visées sont les suivantes :

- Expliquer le fonctionnement global du corps humain, du niveau cellulaire à l'organisme ;
- Nommer et situer les principaux os et muscles du système locomoteur ;
- Relier les différents systèmes de l'organisme pour analyser les problématiques des clients ;
- Identifier les principales physiopathologies pour en déduire les contre-indications au massage ;
- Argumenter les bienfaits physiologiques du massage pour rassurer et informer le client.

4. Moyens pédagogiques et techniques

Les moyens pédagogiques sont les suivants :

- Méthode d'enseignement active et participative.

Les moyens techniques à disposition sont les suivants :

- Livret de formation papier comportant textes, photos et schémas nécessaires à la bonne compréhension de l'enseignement.
- Planches et schémas anatomique et des méridiens énergétiques à disposition.
- Tableau blanc, feutres, tables et chaises.

5. Déroulement de la formation

Dans le cadre d'un enseignement actif et participatif, les réponses aux questions se font en temps réel. Les horaires sont susceptibles d'être adaptés en fonction de la progression de la formation.

MATIN (3h00)

09h00 : Accueil jusqu'à 9h30

09h30 : Présentation du stagiaire, de son projet professionnel et du déroulé de la formation

09h45 : Généralités : les niveaux d'organisation du corps humain, l'homéostasie, les rythmes biologiques, les régions du corps

10h00 : Le système squelettique : structure et fonctions, articulations, les os principaux, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

10h30 : Le système musculaire : les types de muscles, les muscles principaux, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

11h00 : Pause

11h15 : Le système nerveux : neurones et névroglie, le système nerveux central, le système nerveux périphérique, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

11h45 : Le système endocrinien : les hormones, les glandes endocrines et exocrines, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

12h30 : Déjeuner

APRES-MIDI (4h00)

13h30 : Le système cardiovasculaire : la circulation sanguine, le sang, le cœur, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

14h00 : Le système lymphatique : les structures lymphatiques, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

14h30 : Le système respiratoire : anatomie de l'appareil respiratoire, la mécanique respiratoire, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

15h00 : Pause

15h15 : Le système digestif : les organes du système digestif, le métabolisme, processus digestifs, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

15h45 : Le système tégumentaire : la structure et la perméabilité de la peau, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

16h15 : Le système immunitaire : anatomie du système immunitaire, pathologies et troubles courants, les bienfaits du massage

16h45 : Évaluation écrite

17h15 : Bilan de fin de formation et questions-réponses

17h30 : Fin de la formation

6. Modalités d'évaluation et sanctions

Les modalités d'évaluation des acquis sont :

- Évaluation théorique écrite en fin de module. Notation sur 20 points. 10 points minimum pour valider le module.

Les sanctions visées sont :

- Attestation et certificat de réalisation remis en fin de module.

7. Accessibilité et Inclusion

Personnes en situation de handicap :

Possibilités étudiées au cas par cas selon le handicap. L'AGEFIPH et la RHF (Ressource Handicap Formation) sont les partenaires référents handicap.

Personnes en situation précaire :

Le CCAS de Mouans-Sartoux est notre référent concernant les personnes en situation précaire.

Personnes en réinsertion ou recherche d'emploi :

France Travail est notre partenaire référent pour les personnes en recherche d'emploi ou en réinsertion.

8. Indicateurs de résultats (Performance)

Taux de réussite : 100% (Depuis 2023 et selon étude du 04/2026)

Taux de satisfaction : 99% (Depuis 2023 et selon étude du 04/2026)

9. Matériel nécessaire

- Bloc note, crayons, stylos, surligneurs.

10. Tarifs et délais

Tarifs en format individuel :

- 400 € net (exempt de TVA) pour un financement personnel.
- 400 € net (exempt de TVA) pour un financement par un organisme.

Délais administratifs :

- Dès le règlement et la signature du contrat pour les financements personnels.
- 30 jours minimum pour un financement par un organisme.

Délais d'accès à la formation :

- De 1 à 3 mois pour une formation individuelle ou collective au sein de vos locaux (intra-entreprise).
- De 1 à 3 mois pour une formation individuelle au sein de nos locaux (inter-entreprise).

11. Débouchés

- Emploi salarié ou freelance dans un centre de bien-être, un spa, un centre esthétique...,
- Création d'un centre de bien-être proposant des prestations performantes et novatrices,
- Ouverture d'un cabinet en libéral,
- Prestations à domicile,
- Intervention en institution, en association...,
- Prestations en salle de sport, hôtellerie, camping, yacht...

