

# COMPÉTENCES TECHNIQUES ET PRATIQUES EN CRYOTHÉRAPIE

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Fournir aux professionnels des compétences approfondies dans l'utilisation sécurisée et efficace des techniques de cryothérapie.
- Développer les connaissances techniques nécessaires pour une application optimale de la cryothérapie dans les domaines du bien-être, de la santé, du sport et de l'esthétique.
- Assurer une prestation de cryothérapie sécurisée, confortable et conforme aux exigences réglementaires actuelles.

## TEST DE SÉLECTION

- Entretien : présentation des motivations et objectifs d'obtention de la certification

## PRÉREQUIS

- Être salarié d'une entreprise exerçant une activité dans le secteur de la cryothérapie
- Être un professionnel souhaitant intégrer dans leur activité, une prestation en cryothérapie : salle de sport, salon d'esthétique, hôtel, centre de bien-être/Spa, clinique/acteur santé
- Être un entrepreneur souhaitant ouvrir une activité spécialisée dans la cryothérapie

## MÉTHODES MOBILISÉES

- Formation en présentiel et distanciel (en format synchrone et asynchrone)
- Accès à une plateforme dédiée : cours en ligne, document d'informations...
- Equipements en cryothérapie
- Centre/espace de formation dédié

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Épreuve pratique : Mise en situation professionnelle
- Épreuves théoriques : QCM, étude de cas et entretien final.

## DURÉE ET DÉROULÉ

- Formation de 46,5 heures réparties sur 5 semaines : 24 heures en présentiel, 22,5 heures en distanciel

## MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

- Inscription préalable obligatoire, dossier à soumettre avant une date limite.
- Calendrier de formation fixé annuellement, avec plusieurs sessions disponibles.

## TARIFS

- 3000 euros TTC

## ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

- Etude de la situation du stagiaire avec adaptation des locaux et des équipements selon les besoins spécifiques, sous réserve de faisabilité.

## CONTACTS :

- Service de formation : guillaume.bouchet@cryotera.fr
- Tel : 06 61 73 01 33



## PROGRAMME DE FORMATION COMPÉTENCES VISÉES

### APPRÉHENDER LES FONDAMENTAUX THÉORIQUES, TECHNIQUES ET RÉGLEMENTAIRES DE LA CRYOTHÉRAPIE

Module 1 : 14,5 heures

- Connaissance de la discipline cryothérapie : historique, champs d'application et outils Comprendre et être en capacité de présenter les enjeux physiologiques du froid, les indications et les contre-indications.
- Connaissance approfondie des réglementations liées à la pratique de la cryothérapie.
- Connaître et pouvoir présenter la bibliographie scientifique en lien avec les différentes technologies et prestations
- Être en capacité de construire des protocoles de prise en charge sur mesure dans les secteurs du sport, de la santé, du bien-être et de l'esthétique.

### CONCEVOIR ET EXÉCUTER EN SÉCURITÉ DES SÉANCES DE CRYOTHÉRAPIE

Module 2 : 22,5 heures

- Construire une évaluation et un diagnostic précis du besoin client afin de l'orienter vers l'outil le plus adapté.
- Concevoir des séances adaptées à divers publics en utilisant des techniques et des équipements spécifiques.
- Maîtriser les principes d'éthique et de bonnes pratiques en lien avec nos secteurs d'activité.

### ANIMER LA PRISE EN CHARGE CLIENT DE MANIÈRE PÉDAGOGIQUE EN MAÎTRISANT LES ENJEUX RÉGLEMENTAIRES, D'HYGIÈNE ET DE SÉCURITÉ

Module 3 : 5,5 heures

- Appliquer les méthodes de cryothérapie (cryothérapie corps entier, localisée, balnéothérapie, cryolipolyse) de manière sécurisée
- Présenter auprès du client les bénéfices des outils en respectant les bonnes pratiques, les principes de précaution et une éthique professionnelle.
- Maîtrise des interactions pédagogiques pour assurer une application sécuritaire de la pratique.
- Maintenance des équipements de cryothérapie
- Comprendre et appliquer les protocoles de sécurité et d'hygiène spécifiques aux outils de cryothérapie.

### TEMPS DEDIE AUX EVALUATIONS DES COMPÉTENCES TECHNIQUES ET PRATIQUES : 4H00

Durée totale de la formation : 46,5 heures

\* Formation à vocation certifiante en cours de dépôt auprès de France compétences