

## RN Formation

3 chemin des arnis  
31130 BALMA  
Email: [contact@rn-formation.fr](mailto:contact@rn-formation.fr)  
Tel: 05 62 18 33 67



# Drainage lymphatique - 2026

Version 01 du programme : 11/12/2025

### Durée:

14.00 heures (2.00 jours)

### Organisation:

Collectif  
Présentiel

### Effectif:

L'effectif de la session est compris entre 2 et 5 apprenant.e.s

### Lieu de la formation :

Toulouse 5 rue Clos des Paradoux 31130 Balma

### Public visé :

- Esthéticien.ne.s
- Praticien.ne.s beauté
- Praticien.ne.s spa

### Prérequis

- Être majeur
- Maîtriser l' expression écrite et orale en français

### Accessibilité & prise en compte des situations de handicap:

Le prestataire étudiera avec le commanditaire l'adaptation des moyens de la prestation aux personnes en situation de handicap afin de mettre en place les compensations possibles et personnalisables en adéquation avec le besoin du stagiaire : adaptation des locaux, des modalités pédagogiques et de l'animation en fonction de la situation de handicap annoncée. Le cas échéant, le prestataire se tournera vers des partenaires spécialisés.

Dans le cas d'externalisation des locaux de formation, le prestataire vérifiera auprès de l'hôte qu'il répond aux exigences de l'ERP 5ème catégorie, par mail 10 jours avant le début de la formation.

Le DUERP (document unique d'évaluation des risques professionnels) du client s'applique à la formation.

Pour toute situation de handicap à prendre en compte en amont de la prestation, contacter notre Référent Handicap : Sandra Grandclaudon | [sandra@rn-formation.fr](mailto:sandra@rn-formation.fr)

### Délais d'accès

11 jours ouvrés

### Prix :

690.00 € net de TVA (article 261-4-4° du Code général des impôts)

### Modalités de paiement :

Accompte de 30% à l'inscription, le solde à la fin de la formation à réception de la facture par carte bancaire ou virement.

**Responsable des programmes : Sandra Grandclaudon : [sandra@rn-formation.fr](mailto:sandra@rn-formation.fr)**

# RN Formation

3 chemin des arnis

31130 BALMA

Email: [contact@rn-formation.fr](mailto:contact@rn-formation.fr)

Tel: 05 62 18 33 67



## Objectifs opérationnels / compétences visées

La formation Drainage Lymphatique permet d'acquérir les connaissances et compétences nécessaires à la pratique du drainage lymphatique manuel, visant à stimuler la circulation de la lymphe et favoriser l'élimination des toxines. Le participant apprend l'anatomie et la physiologie du système lymphatique, ainsi que les indications et contre-indications de la technique. Il est formé à préparer le matériel et l'espace de travail en respectant les règles d'hygiène et de sécurité, et à réaliser les mouvements et gestes spécifiques du drainage lymphatique, en adaptant pression et rythme selon les zones du corps. La formation comprend des exercices pratiques encadrés pour développer fluidité, précision et confiance dans l'exécution des gestes. Enfin, le participant sait conseiller le client sur les bonnes pratiques post-prestation afin d'assurer le confort, le bien-être et l'efficacité du drainage.

## Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation l'apprenant sera capable de

- Comprendre l'anatomie et la physiologie du système lymphatique ainsi que les indications et contre-indications du drainage lymphatique.
- Maîtriser les gestes, mouvements et techniques spécifiques pour stimuler la circulation lymphatique et favoriser l'élimination des toxines.
- Appliquer les protocoles en respectant l'hygiène, la sécurité et le confort du client.
- Être capable de réaliser des séances complètes de drainage lymphatique manuel de manière autonome et efficace.
- Conseiller le client sur les bonnes pratiques post-prestation pour optimiser les bienfaits de la technique.

## Programme/ déroulé de la formation

- Théorie et Pratique JOUR 1 matin
  - Présentation théorique du drainage (signification, contre indication, bienfait du massage)
  - Présentation pratique (positionnement des mains, manoeuvres et intensité du massage drainant)
  - Démonstration par la formatrice sur une apprenante des manoeuvres de drainage (face antérieure)
- Pratique JOUR 1 après midi face antérieure
  - Accueil, installation et diagnostic des modèles
  - Pratique sur modèles des zones demandées
- Pratique JOUR 2 matin
  - Démonstration par la formatrice sur une apprenante des manoeuvres de drainage et l'utilisation des outils (face postérieure)
  - Pratique sur modèles des zones demandés
- Pratique JOUR 2 après midi & fin de formation
  - Accueil, installation et diagnostic des modèles
  - Pratique sur modèles des zones demandées corps entiers
  - Briefing de fin de formation, questions - réponses
  - Remise des attestations de formation, et conseil après formation

## Organisation de la formation

### Equipe pédagogique

Naomie: Formations suivies : CAP esthétique / BTS esthétique / Massage amincissant / Stretching facial / Gua Sha / Drainage lymphatique Renata França / Madérothérapie corp.

### Moyens pédagogiques et techniques

- Travaux individuels ou par groupe.
- Support de cours power point
- Support de cours remis aux apprenant.e.s

### Modes d'évaluations et validation finale de la formation

- Contrôle continu

RN Formation | 3 chemin des arnis BALMA 31130 | Numéro SIRET: 88153281600017 |

Numéro de déclaration d'activité: 76310988431 (auprès du préfet de région de: Occitanie)

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'Etat, (L6352-12 du code du travail) code NAF/APE 8559B

## **RN Formation**

3 chemin des arnis

31130 BALMA

Email: [contact@rn-formation.fr](mailto:contact@rn-formation.fr)

Tel: 05 62 18 33 67

