



## PROGRAMME DE FORMATION

---

### MASSAGE KOBIDO

#### Massage facial japonais anti-âge

#### Annexe 1

#### **Public concerné**

- Professionnelles du bien-être, de l'esthétique, de la beauté
- Personnes en reconversion professionnelle
- Toute personne souhaitant acquérir une compétence professionnelle en massage facial

Formation ouverte aux débutants.tes comme aux professionnels.les.

#### **Prérequis**

Aucun prérequis n'est exigé.

(Le massage Kobido est un soin bien-être, non médical.)

#### **Effectif formé**

Formation dispensée en individuel ou en très petit groupe (2 personnes maximum).

#### **Durée et organisation**

- Durée totale : 14 heures
- Organisation : 2 journées de 7 heures
- Horaires : 09h00 - 17h00
- Pause déjeuner : 12h00 - 13h00

Restaurants et commerces à proximité. Possibilité de déjeuner sur place (micro-onde et réfrigérateur à disposition).

#### **Objectifs pédagogiques**

À l'issue de la formation, la stagiaire sera capable de :

- Réaliser un massage Kobido complet du visage, du cou et du décolleté
- Maîtriser les techniques spécifiques du massage facial japonais
- Adapter le rythme, la pression et les manœuvres à la cliente
- Intégrer le massage Kobido dans une pratique professionnelle esthétique ou bien-être

#### **Objectifs opérationnels**

- Connaître l'origine et la philosophie du massage Kobido
- Identifier les bienfaits esthétiques et énergétiques
- Comprendre l'anatomie du visage (muscles, peau, circulation)
- Maîtriser les techniques spécifiques :
  - lissages
  - percussions
  - pincements
  - vibrations
- Enchaîner les manœuvres dans un protocole structuré de 60 à 90 minutes
- Respecter les règles d'hygiène, de posture et de sécurité

## **Intervenante**

Morgan Aubert

Praticienne Bien-Être & Esthéticienne - Formatrice en techniques de massage depuis 2009.

Le CV et les justificatifs de compétences sont disponibles sur demande.

## **Contenu de la formation**

### **MODULE 1 - Fondamentaux et techniques du massage kobido (7 heures)**

- Origines et principes du massage Kobido
- Bienfaits esthétiques et énergétiques
- Rappels d'anatomie du visage
- Posture du praticien et ergonomie
- Apprentissage des manœuvres spécifiques :
  - lissages
  - percussions rythmées
  - pincements toniques
  - vibrations
- Travail des zones : visage, cou, décolleté

**Modalités d'évaluation :** mises en situation pratiques supervisées.

### **MODULE 2 - Protocole complet et pratique professionnelle (7 heures)**

- Réalisation d'un protocole complet de massage Kobido
- Fluidité, rythme et précision des gestes
- Adaptation du massage selon le type de peau et les besoins
- Accueil, installation et posture professionnelle
- Bilan des acquis et axes d'amélioration

**Modalités d'évaluation :** mise en situation professionnelle, observation et entretien avec la formatrice.

## **Déroulé indicatif de la formation**

Jour 1

- 09h00 - 10h00 : Accueil des participantes, présentation et apports théoriques
- 10h00 - 11h30 : Pratique encadrée sur modèle
- 11h30 - 12h00 : Questions / réponses
- 12h00 - 13h00 : Pause déjeuner
- 13h00 - 14h30 : Pratique encadrée
- 14h30 - 15h00 : Débriefing
- 15h00 - 16h30 : Pratique encadrée et ajustements
- 16h30 - 17h00 : Débriefing, questions / réponses

Jour 2

- 09h00 - 10h00 : Questions / réponses
- 10h00 - 11h30 : Pratique encadrée (fluidité du protocole)
- 11h30 - 12h00 : Débriefing
- 12h00 - 13h00 : Pause déjeuner
- 13h00 - 14h30 : Pratique autonome supervisée
- 14h30 - 15h00 : Ajustements et corrections
- 15h00 - 16h30 : Évaluation finale pratique
- 16h30 - 17h00 : Questionnaire de satisfaction à chaud et remise de l'attestation

## **Méthodes pédagogiques**

- Méthode active et pratique
- Démonstrations, mises en situation et répétitions gestuelles
- Formation en présentiel
- Supports pédagogiques écrits et illustrés remis à chaque stagiaire

## **Moyens pédagogiques et techniques**

- Tables de soin adaptées
- Produits cosmétiques et huiles de massage visage
- Linge professionnel
- Supports pédagogiques fournis
- Salle de formation dédiée respectant les règles d'hygiène et de sécurité

## **Modalités d'évaluation et de suivi**

- Évaluation continue par observation
- Évaluation finale pratique
- Feuilles d'émargement signées par demi-journée
- Attestation de fin de formation remise à l'issue
- Questionnaire de satisfaction à chaud et à froid

## **Tarif**

490€

Organisme exonéré de TVA (article 293B du CGI).

Facilités de paiement possibles sur demande.

## **Délais et modalités d'accès**

- Formations planifiées à la demande
- Délai moyen d'accès : 15 jours ouvrés après validation de l'inscription
- Inscription validée après entretien préalable (analyse des besoins et motivations)

## **Accessibilité**

Pour toute situation de handicap ou besoin d'aménagement spécifique, merci de contacter l'organisme de formation afin d'étudier les possibilités d'adaptation.

## **Contact**

Morgan Beauté Bien-Être exerçant sous le nom commercial de Feel So Zen

2 rue Gambetta - 33200 Bordeaux

06 50 42 08 46

feelsozenbordeaux@gmail.com

www.feelsozen.fr