



**H4C2**  
Sandrine Haxaire

D7.5  
Janv.25

# Programme de Formation

## Massage anti-âge Ko-Bi-Do

### Public visé :

Ce stage s'adresse aux personnes pratiquant du modelage bien-être ou esthéticiennes

### Prérequis :

Pratiquer le modelage corporel

### Délais d'accès :

1 mois peut être nécessaire entre l'inscription, l'envoi et réception du dossier et validation de la formation selon les cas ; nous contacter.

### Lieu :

231 cours Émile Zola – 84800 l'Isle sur la Sorgue

### Durée :

2 jours en présentiel.

8 heures par jour soit au total 16 heures,  
de 9h00 à 18h00 avec pause déjeuner.

### Objectifs :

- Maîtriser un protocole technique d'enchaînements de manœuvres manuelles de 50min et 90min
- Savoir vendre un massage visage japonais et une cure de massage grâce aux questionnaires
- Savoir personnaliser et proposer un massage anti-âge sur-mesure en fonction des besoins
- Savoir repérer les lignes énergétiques sur le visage et leur rôle dans le massage anti-âge



**H4C2**  
Sandrine Haxaire

### Moyens d'encadrement :

Experte en formation depuis 20 ans en esthétique et bien-être, son métier l'anime depuis 27 ans. Perfectionniste, empathique, passionnée, Karen Leporini crée son expérience en parapharmacie, parfumerie, thalassothérapie, animation de marque, enseignements. Grâce aux rencontres professionnelles, elle aime surtout la transmission, et la révélation des compétences, sans perdre le contact terrain.

*Karen Leporini*

### Moyens pédagogiques :

Une salle équipée sera dédiée à la formation. Il sera remis à chaque stagiaires en début de formation :

- Tout document lié à la méthode « Ko-Bi-Do ».
- Un outil d'apprentissage
- Un dossier vierge afin de prendre des notes
- Suivi du groupe sur WhatsApp

Stagiaires : 10 maximum

### Modalités :

A l'issue de la formation sera délivré aux apprenants une feuille d'émargement signée au début de chaque demi-journée.

### Évaluations :

L'évaluation continue de la formation sera faite par le formateur, et portera sur les connaissances, et compétences acquises lors de la formation par le stagiaire au travers de cas pratique (tête d'étude et modèles vivants). Un certificat de réalisation sera délivré à la fin de la formation mentionnant la nature et la date de la formation.

### Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap, contactez notre référent handicap au 06.10.17.47.22



**H4C2**  
Sandrine Haxaire

## Déroulé Pédagogique de la Formation

Jour 1 .

9H00 à 9H15 : Accueil, mise en place du matériel.

Présentation, signatures des stagiaires sur feuilles d'émargement.

9H15 à 10H15 : Théorie liée au massage : indications, contre-indications, anatomie, cosmétique, histoire, vente et marketing.

10H15 à 11H15 : Début de l'apprentissage : phase de contact à sec (ancrage, rituel serviettes chaudes), démonstration, puis travail en binôme ou sur modèles.

11H15 à 12H30 : Apprentissage phase de contact à l'huile, démonstration, puis travail en binôme sur modèle.

13H30 à 14H15 : Révision du matin.

14H15 à 16H30 : Apprentissage phase active en hémiface, démonstration par petites séquences (lissage, manœuvres drainantes, stimulation active par tapotements, pétrissages...), puis travail en binôme sur modèle.

16H30 à 18H00 : Apprentissage phase de redensification cutanée (pincements, pressions circulaires, frictions...). Démonstrations, puis travail en binôme ou sur modèle.



**H4C2**  
Sandrine Haxaire

*Jour 2.*

9H00 à 9H15 : Accueil, mise en place du matériel.

Présentation, signatures des stagiaires sur feuilles d'émargement.

9H15 à 10H45 : Révision de tout le protocole de la veille.

10H45 à 12H30 : Apprentissage phase apaisante et détoxifiante (lissages, manœuvres drainantes, digital pression, travail crânien relaxant)

13H30 à 14H00 : Révision du matin et de tout le protocole

14H00 à 15H45 : Evaluation sur modèles ou en binôme 1er tour

15H45 à 16H30 : Evaluation sur modèles ou 2ème tour en binôme

16h30 à 17h30 : Questions / réponses

Questionnaire de satisfaction

Création d'un groupe WhatsApp pour suivre l'évolution des stagiaires et répondre aux difficultés rencontrées après la formation

Remise des certificats.



**H4C2**  
Sandrine Haxaire

Janv.25

## Liste du Matériel

### Matériel apporté par vos soins

- Linge de lit de soin pour protéger la table
- Couverture / serviette pour le modèle
- Serviette de protection têtère / poitrine
- Huile de massage de votre choix (minceur, raffermissant ou neutre)
- Lingette ou spray aseptisant mains
- Désinfectant pieds (peut être le même que les mains)
- Tenue pour masser et être massé

Il vous manque du matériel ? Pas de souci, prévenez-nous !

### Matériel de prêt par H4C2

- Tables de massage
- Stylos
- Feuilles