

# Programme de Formation

## Massage LIFTANT VISAGE

### KOBIDO

(mise à jour Juillet 2025)

**Public :** Chefs d'entreprise ou salariés dans le secteur bien-être.

**Pré-requis :** Aucun

**Contact & Admission :** Entretien physique ou téléphonique avec Elisabeth Catusse-Ferreira afin d'évaluer les besoins et attentes du stagiaire et finalisation de la demande de prise en charge.

**Modalités et délais d'accès :** Inscription 1 mois au plus tard avant le démarrage de la formation.

**Objectifs pédagogiques :**

- Réaliser un protocole complet de massage liftant
- maîtriser la dynamique de la gestuelle spécifique
- respecter et s'adapter à l'anatomie de la clientèle
- créer l'ambiance nécessaire au bon déroulement de la séance
- connaître les indications et contre indications

**Résumé du plan :**

1. Présentation, historique et origines du Kobido
2. Spécificités du massage : bienfaits et cures
3. Indications et contre-indications
4. Le matériel nécessaire et soins annexes
5. Déroulement d'une séance type
6. Apprentissage pas à pas du protocole complet
7. Mise en pratique sur modèle
8. Évaluation pratique et test de connaissances
9. Débriefing et échanges

**Méthodes mobilisées (Moyens techniques & Pédagogiques) :**

Support de cours (descriptif du massage, bienfaits, clientèle visée, contre-indications, protocole et annexes). Table de massage, serviettes de massage, coussins et plaids, huiles végétales, produits naturels et baume. Pratique des gestes et du protocole complet sur un ou plusieurs modèles.

**Accessibilité aux personnes en situation de handicap :** Avant chaque formation, nous réalisons un diagnostic (fiche d'entrée en formation). Si nécessaire, nous orientons sur des structures spécialisées.

**Référent Handicap :** Cécile Fiter - 07 83 67 20 79 - cecilefiter@gmail.com

**Support pédagogique :** Un livret de formation ( théorie et pratique écrite du massage) est remis à chaque stagiaire.

**Modalités d'évaluation** : Exercices théoriques et pratiques & études de cas avec le formateur sur modèle

**Durée** : 2 jours (16 heures)

**Tarif** : Nous consulter

### *Déroulé du programme de formation*

Le Kobido, massage liftant du visage est une technique ancestrale japonaise qui signifie : « ancienne voie de beauté ». C'est un soin complet aux vertus esthétiques et relaxantes et un mélange harmonieux d'effleurages, pétrissages, percussions et pressions douces.

Le Kobido décripe les traits du visage, lisse la peau, active la production de collagène, et stimule la tonicité de la peau. Anti-rides ancestral, le Kobido est aujourd'hui une des techniques les plus efficaces et les plus en vogue dans les instituts et centres de Massages.

Jour 1 :

- Accueil et présentation du Kobido
- Origines et philosophie japonaise du soin
- Bienfaits esthétiques et thérapeutiques
- Indications et contre-indications
- Présentation du matériel et préparation du poste
- Démonstration du protocole global
- Apprentissage des gestes fondamentaux : effleurages, pétrissages, pressions, percussions
- Mise en pratique encadrée

Jour 2 :

- Rappel du jour 1 et perfectionnement des gestes
- Apprentissage de la fluidité et du rythme
- Approfondissement du protocole complet
- Pratique sur modèle avec corrections individualisées
- Conseils pour créer une ambiance adaptée (voix, lumière, respiration)
- Test de connaissances
- Évaluation pratique sur modèle
- Débriefing et clôture de la formation