

## FORMATION KOBIDO, MASSAGE JAPONNAIS ANTI-RIDES



🕒 **Durée :** 14 h - 2 jours

💶 **Tarif :** 490 € T.T.C.

💶 **Acompte inscription :** 147 € T.T.C.

**Prérequis pédagogique :**  
Débutant. Avoir plus de 18 ans.  
Avoir un intérêt dans les métiers du « toucher ».

**Méthodes & moyens pédagogiques :**  
Matériel mis à disposition du stagiaire :

- table de massage
- serviettes chaudes
- huile de massage
- guashas
- rouleaux de pierres de jade
- ventouses
- gel hydroalcoolique
- un coussin et taie
- 2 grandes serviettes et 1 petite serviette

Matériel fourni par le stagiaire :

- cahier
- stylo

**Déroulement du stage :**  
Formation en présentiel  
Lieu : Formabeauty  
28, rue Gambetta  
83500 La-Seyne-sur-Mer

### Présentation

Le lifting du visage inspiré de la méthode Kobido est plus qu'un massage. C'est un art traditionnel, au même titre que l'origami ou la cérémonie du thé, qui repose sur une grande rigueur.

Pendant le massage, les doigts, les poignets, les avant-bras, les épaules sont sollicités dans un enchaînement de gestes synchrones qui a tout de la chorégraphie de ballet ! Un côté du visage est travaillé, puis l'autre.

Selon l'intensité et la vitesse à laquelle les gestes sont réalisés, l'action sur les structures du visage est plus ou moins profonde. Le but de la séance étant de provoquer un véritable effet « lifting » du visage.

Comme tous les massages asiatiques, le Kobido travaille sur l'équilibre de la circulation de l'énergie. Il stimule la microcirculation cutanée et le flux lymphatique.

Dans ce massage, les muscles faciaux sont travaillés et spécifiquement les points neurosensoriels qui influencent sur la nutrition cellulaire et la circulation de l'énergie.

Antirides par excellence, ces techniques et manœuvres stimulent la production de collagène et d'élastine, oxygène les tissus, contribue la luminosité du visage. Ce massage peut être proposé sur une durée approximative de 50 à 60 minutes

### Objectifs pédagogiques

Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage japonais du visage anti-rides.

Maîtriser les indications et contre-indications de cette technique.

Maîtriser les règles d'hygiène spécifiques.

Pouvoir énumérer les bienfaits du massage et recevoir le/la client(e) dans les meilleures conditions.

Adapter la pression, la fluidité, la posture à la morphologie du massé.

Connaître les différentes huiles qui peuvent être utilisées.

Écouter et entendre afin de nous permettre d'adapter la formation.

## FORMATION KOBIDO, MASSAGE JAPONNAIS ANTI-RIDES

### Programme

#### JOUR 1

##### Les bases de la méthode :

- Présentation et caractéristiques du massage japonais anti-rides visage et crâne
- Indications et contre-indications, réactions possibles
- Qualités requises
- Le démaquillage
- Choix des huiles
- Travail des différentes techniques : Techniques à l'huile, Techniques de pressions sur méridiens, Techniques de drainage
- Combinaisons des différentes techniques
- Échanges sur l'application du protocole
- Règle d'hygiène, sanitaire et de sécurité à respecter ainsi que le matériel à avoir pour pratiquer un massage japonais anti-rides
- Information sur les os, les muscles / La peau et le vieillissement

#### JOUR 2

##### Pratique :

- Préparation du praticien
- Préparation de la cabine avec respect des règles d'Hygiène : nettoyage et désinfection du plan de travail
- Prise de contact avec le/la client(e) avant le massage avec explication des bienfaits
- Présentation de l'ensemble du matériel confié en début de session
- Installation de la personne et questions à poser
- Démonstration sur modèle humain avec les manœuvres spécifiques à ce massage japonais du visage anti-rides : pétrissages, lissages, effleurages, pressions glissées, serviettes chaudes.
- Rappel des différentes techniques
- Démaquillage du visage du/de la client(e) avec serviette chaude
- Massages des zones du corps :
  - Décolleté/nuque/cou
  - Visage
  - Massage joue gauche
  - Front/yeux/nez/oreilles
  - Massage joue droite et lèvre
- Pratique du protocole entre stagiaires (travail en binômes)
- Piste d'amélioration et correction des erreurs de mouvements et de postures

##### Évaluation :

En contrôle continu par le biais de la mise en œuvre d'exercices pratiques.

##### Nature de la sanction de l'action de formation :

Attestation de formation

## FORMATION KOBIDO, MASSAGE JAPONNAIS ANTI-RIDES

### **Formatrice : Mme Sahbia GARBAA**

Mme Sahbia GARBAA, de formation initiale CAP esthétique, a dirigé pendant 16 ans un institut de beauté et spa. Depuis 2005, elle s'est formée régulièrement aux différentes techniques esthétiques (restructuration des sourcils, micro-pigmentation manuelle, maquillage professionnel, formation aux produits de marques, Pro Extencils, prothésiste onguulaire, etc.) et elle a elle-même formé une quinzaine d'apprenties dans le domaine de l'esthétique.

Elle est reconnue en tant que professionnelle experte dans son domaine et elle est sollicitée régulièrement pour donner des formations. Mme Sahbia Garbaa est soumise aux dispositions pénales relatives au secret professionnel dans le cadre des prestations effectuées pour ses clients.

### **Modalité d'inscription à la formation**

Inscription via le formulaire contact du site Internet :

<https://www.forma-beauty.fr/index.php/a-propos/contact/>

Réponse sous 48 heures.

### **Accès aux personnes à mobilité réduite**



#### **Notre engagement lors de l'inscription**

- Le centre fournit un questionnaire afin d'évaluer au mieux le handicap du candidat.
- Par la suite, si nous avons la capacité de nous adapter au handicap du candidat, nous procéderons à l'inscription.

Contactez Mme Sahbia GARBAA au 06 37 12 13 51