



## BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 - **Organisme de formation n°93.06.08454.06**

Représenté par Béatrice SICSIC, gérante et formatrice

## BEATITUDE FORMATION

### LIFTANT JAPONAIS KOBIDO- Niveau 1

#### PROGRAMME

Date de mise à jour document : le 27/10/25



#### PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le "Ko Bi Do" se traduit du japonais par "voie traditionnelle de la beauté". Issu de l'Amma, la plus ancienne forme de massage en Chine, il était à l'origine réservé aux geishas. Ce massage vise à combattre le vieillissement du visage, en diminuant les effets du stress sur les rides d'expression et en luttant contre le relâchement cutané. La peau est stimulée grâce à des mouvements de pétrissages des muscles et des pressions au niveau de méridiens énergétiques, issues du shiatsu.

#### OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser des gestes fondamentaux du Kobido et en comprendre les particularités
- Appliquer une posture correcte des mains et du praticien masseur
- Situer l'histoire du Kobido et comprendre l'anatomie du visage
- Savoir remodeler un contour du visage et travailler la zone T.

#### Public

Tout public

#### Tarif

560 €

#### Durée

16 heures  
soit 2 jours de  
formation de 8 heures

#### Lieu

11 ch. de la Destourbe  
06800 Cagnes-sur-Mer





BEATITUDE FORMATION

## BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 - Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSIC, gérante et formatrice

### PRÉ-REQUIS

Être inscrit aux bases du massage anti-âge (offert lors de l'inscription valeur 790€)

### ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

### MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

#### Méthodologie :

- Formation en présentiel
- Cour théorique : les bases du massage anti-âge plus théorie sur le liftant kobido
- Exercices pratiques : Étude de cas, comment voir les problématiques de ma cliente, démonstration de chaque manœuvre et reproduire
- Mises en situation, entraînements en binômes ou sur modèle si groupe impair

#### Moyens pédagogiques :

- Alternance entre cours théorique et exercices pratiques, démonstrations des manœuvres de massage gestes stimulants, sculptant, relaxant et drainant.
- Support de cours théorique et pratique, conçu grâce à canva,
- Vidéo à la suite de la fin de formation
- 6 stagiaires maximum par session, travail l'une sur l'autre s'il y a un groupe impair un modèle sera fourni
- Être à l'écoute des stagiaires pour déterminer leurs objectifs
- Questions et débriefing Feedback

### MOYENS HUMAINS

Une formatrice de l'équipe pédagogique permet une reconnaissance officielle et la délivrance d'une certification reconnue par l'Etat.

Béatrice SICSIC, esthéticienne diplômée depuis plus de 29 ans et certifiée masseuse de bien-être à la FFBME, formatrice spécialisée dans l'anti-âge, minceur et bien être avec une approche psychocorporelle.

### DATE ET DÉLAI D'ACCÈS À LA FORMATION

À planifier avec le formateur, en fonction des besoins et des attentes du stagiaire.

À compter de la signature du devis, le délai d'accès est d'1 mois maximum jusqu'au démarrage de la formation.





## CONTENU DE LA FORMATION

### JOUR 1

#### **9h30 – 12h30**

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le massage liftant japonais
- Son histoire
- Sa spécificité
- Son utilité

Pratique : Pratique du travail de l'ovale du visage, manœuvre de base

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

#### **12h30 – 13h30**

REPAS

#### **13h30 – 18h30**

Théorie : Théorie sur les muscles

Pratique : Travail de la zone menton, nez et front

- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la 1<sup>ère</sup> journée :

- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires

### JOUR 2

#### **9h30 – 12h30**

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Théorie : Les gestes fondamentaux

Pratique : Travail du double menton

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

#### **12h30 – 13h30**

REPAS

#### **13h30 – 18h30**

Pratique : Travail et révision des protocoles

- Pratique en duo ou sur modèle
- Déroulement du modelage avec les diverses étapes et illustrations

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Evaluation, contrôle pratique et théorique
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'un certificat de réalisation de fin de stage





BEATITUDE FORMATION

## BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 - Organisme de formation n° 93.06.08454.06

Représenté par Béatrice SICSIC, gérante et formatrice

## SUIVI DE L'ACTION

Feuilles de présence signées par demi-journées  
Certificat de réalisation de stage remise au stagiaire Suivi  
des stagiaires après la formation

## ÉVALUATION DE L'ACTION

### Avant la formation :

Un questionnaire d'entrée est mis en place pour mettre en place les objectifs ainsi que le niveau de chaque stagiaire

### Après la formation :

Évaluation portant sur la théorie : Contrôle de connaissances

Évaluation d'une séance de massage : Les résultats sont notés sur une grille d'évaluation

Questionnaire d'évaluation à chaud et à froid par le formateur

Questionnaire de satisfaction par le stagiaire

## CONTACT

Mme Béatrice SICSIC « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

Adresse : 11 Chemin de la Destourbe 06800 CAGNES-SUR-MER

## DEBOUCHES POSSIBLES

### Pour les formations diplômantes Facialiste :

Entre la fin de la formation et le passage devant le jury, le stagiaire aura réalisé 50 heures de pratique. Par le jury, lors de l'examen, évaluation portant sur les conditions d'accueil et de prise en charge d'un client tout au long d'une séance de massage, examen oral portant sur la théorie et sur la pratique (le jury dispose de la grille d'évaluation de la pratique).

Délivrance, en cas de réussite aux évaluations, d'une certification « Spécialiste Facialiste ».

**Le modelage proposé vise au bien-être, à la détente et à l'harmonie du corps et de l'esprit. Il ne peut en aucun cas remplacer un modelage médical ou un suivi médical.**

