



BEATITUDE FORMATION

SIRET 523 148 245 00047 - **Organisme de formation n°93.06.08454.06**
Représenté par Béatrice SICSIK, gérante et formatrice

BEATITUDE FORMATION

MODELAGE AU BAMBOU

Date de mise à jour document : le 25/11/25



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Le modelage au bambou est traditionnel des pays asiatiques. Il a la particularité de réduire l'aspect peau d'orange. C'est merveilleux soin drainant et tonifiant ! Le bambou constitue l'élément idéal pour un massage redynamisant, il est à la fois symbole de souplesse et de robustesse, est plus qu'un simple objet. Présente partout en Asie, cette plante de la famille des graminées est considérée comme un végétal spécial. Symbole de la solidité et de la constance en Chine, plante porte bonheur dans la traduction du Feng Shui, sacrée au Japon, utilisé dans de nombreux domaines artistiques : musique, calligraphie, peinture. Le bambou a donc naturellement trouvé sa place dans le massage en donnant à la main une autre façon de s'exprimer.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES DE LA FORMATION

- Maîtriser les techniques de postures et de gestes du modelage que ce soit en techniques relaxante et amincissante
- Connaitre l'hypoderme
- Savoir utiliser des bambous de différentes tailles
- Elaborer un protocole dans un temps défini.

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 SICSIK, gérante et formatrice

PRÉ-REQUIS

Aucun

ACCÈS

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Nous consulter.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Méthodologie :

- Formation en présentiel
- Cours théorique : études, chiffres, données scientifiques
- Exercices pratiques : Études de cas et mises en situation, échanges interactifs et retours d'expériences
- Déroulé pédagogique complet remis à chaque participante et fiches outils

Moyens pédagogiques :

- Alternance entre cours théorique et exercices pratiques
- Support de cours théorique et pratique avec photos, conçu grâce à canva,
- Vidéo
- 6 stagiaires maximum par session
- Être à l'écoute des stagiaires pour déterminer leurs objectifs
- Démonstration des différentes manœuvres, effleurage, lissages et pressions glissées
- Démonstration sur les postures durant le modelage
- Session de 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 SICSIK, esthéticienne diplômée depuis plus de 29 ans et certifiée masseuse de bien-être à la FFMBE, 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





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICISIC, gérante et formatrice

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

9h30 – 12h30

Accueil, tour de table, présentation

Théorie :

- Le modelage au bambou
- Son histoire
- Sa spécificité, quand le pratiquer ?
- Son utilité, en fonction des tensions ou amincissante
- Les différents bambous pour qui et quel endroit.

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration des étapes pas à pas pour la méthode amincissante sculptant avec des méthodes de roulades et de méthodes relaxante avec les bambous en forme de losange sur le ventre, travail sur la taille et les jambes de devant avec les diverses étapes et illustrations.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration et déroulement du modelage sur les jambes arrière, travail de la culotte de cheval avec les méthodes des rouleaux et de friction, push up fesses diverses étapes et illustrations.

Fin de la 1^{ère} journée :

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

JOUR 2

9h30 – 12h30

Préparation de la salle, comment accueillir la cliente

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration de la technique du bambou relaxant avec travail de décontraction des pieds avec les deux bambous en sandwich.
- Travail sur la dextérité du massage en tenant deux bambous et relaxation des jambes du ventre et des bras.

12h30 – 13h30

REPAS

13h30 – 18h30

Pratique : Pratique en duo ou sur modèle

- Démonstration de la décontraction musculaire des cuisses et des fessiers du modelage sur la taille affinement et remodelage avec les diverses étapes et illustrations
- Déroulement du modelage du dos, travail des trapèzes, travail de grand dorso.





BEATITUDE FORMATION

BEATITUDE FORMATION

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

Représenté par Béatrice SICISIC, gérante et formatrice

Fin de la dernière journée :

- Vérification des acquis : Evaluation théorique
- Contrôle pratique tout au long de la journée
- Echanges discussions, votre ressenti, vos émotions, vos commentaires
- Questionnaire de satisfaction des apprenantes
- Remise d'un certificat de réalisation de fin de stage

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 SICISIC « BEATITUDE FORMATION » Téléphone : 06.12.38.26.33

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

DEBOUCHES POSSIBLES

Pour les formations diplômantes Spécialiste Minceur :

Entre la fin de la formation et le passage devant le jury, le stagiaire aura réalisé au moins 10 séances de massages, il en apportera la preuve le jour de l'examen.

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 massages, examen 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 minceur ».

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.

