



## Programme détaillé

### Formation Massage Kobido

SAS Azur élégance  
196 chemin des horts de la salle  
06250 Mougins  
RCS Cannes 922 389 044 00012  
Numéro de déclaration d'activité: 930061048206

Tél: 06.50.86.51.05/ courriel: [contact@zenbeauty-formation.com](mailto:contact@zenbeauty-formation.com)

---

#### PRESENTATION

Apprentissage du protocole spécifique pour le **Massage KOBIDO**, des gestes et des postures nécessaires à sa bonne pratique. Cette formation est essentiellement pratique mais aborde aussi les conseils liés à cette pratique.

#### OBJECTIFS DE LA FORMATION

Être apte à donner une séance complète du massage enseigné, c'est-à-dire permettre à la personne qui reçoit la séance de se relaxer en profondeur, de se libérer de ses tensions et de retrouver son dynamisme.

## METHODE PEDAGOGIQUE

L'enseignement dispensé est pratique et théorique. La technique enseignée est montrée par petites séquences à tour de rôle sur deux participants volontaires. Les participants pratiquent ensuite par binôme, l'un sur l'autre, l'enchaînement de gestes montrés.

Ils expérimenteront ainsi le ressenti du point de vue du donneur mais également du receveur. Le formateur corrigera alors les participants pendant leur pratique et répondra aux questions des uns et des autres.

- Utiliser le matériel nécessaire à la pratique du massage (table, linge, huile)
- Connaitre l'enchaînement et la construction d'un massage Kobido
- Maîtriser des postures de travail
- Respecter la durée de la séance
- Savoir présenter au client la technique du Kobido

## METHODE PEDAGOGIQUE

L'enseignement dispensé est pratique et théorique. La technique enseignée est montrée par petites séquences à tour de rôle sur deux participants volontaires. Les participants pratiquent ensuite par binôme, l'un sur l'autre, l'enchaînement de gestes montrés.

Ils expérimenteront ainsi le ressenti du point de vue du donneur mais également du receveur. Le formateur corrigera alors les participants pendant leur pratique et répondra aux questions des uns et des autres.

Le formateur veillera à ce que les participants changent souvent de partenaires de sorte à expérimenter les techniques apprises sur des corps de natures différentes. C'est la meilleure façon de se préparer à appréhender les corpulences différentes des personnes.

## MOYENS PEDAGOGIQUES

Un support de cours reprenant les gestes de l'enchaînement sera remis à chacun des participants. Chaque geste est commenté et suivi d'un espace où le participant peut écrire ses propres commentaires.

L'utilisation d'un paperboard pendant le filage permet de reprendre les gestes précédemment enseignés.

Des tables de massage sont à disposition des stagiaires. La lecture d'ouvrages divers est recommandée.

Un support audio vous est transmis en fin de formation.

## Suivi de l'exécution et évaluation des résultats

➤ Une feuille d'émargement renseignée est à signer par le stagiaire et le formateur par demi-journée de formation.

➤ Le stagiaire recevra un **certificat de praticien en massage Kobido** (ce certificat n'a pas valeur de diplôme d'État).

## DETAIL DE LA FORMATION

✓ Présentation de la technique enseignée :

Ses origines, ses bienfaits et sa commercialisation, les contre-indications, les précautions à prendre avant chaque séance, l'accueil et le respect du client, la gestion de sa propre énergie, gestion du matériel

✓ Apprendre à bien se positionner pour donner le massage :

Pour donner les meilleures sensations au receveur et pouvoir pratiquer plusieurs séances de massage en se fatiguant le moins possible, il faut apprendre comment bien utiliser le poids de son propre corps.

✓ Apprendre la technique du massage :

Les gestes spécifiques à la technique du massage de relaxation sont enseignés.  
Protocole pour une séance d'1H.

## **JOUR 1 :**

- Accueil des participants. Présentation du formateur et des participants.
- Présentation du déroulement du stage.
  - Présentation de la technique enseignée : ses origines, ses bienfaits et sa commercialisation, les contre-indications, les précautions à prendre avant chaque séance, l'accueil et le respect de la personne massée, la gestion de sa propre énergie.
  
- Présentation du matériel utilisé et du poste de travail, des postures ainsi que le vocabulaire courant utilisé en milieu professionnel.
- Présentation et application de la formation au Kobido
- Prise de contact
- Application de la crème de massage et manœuvres préparatoires
- Apprentissage des gestes spécifiques au Kobido
- Protocole cou, menton-mandibule, joues-bouche
- Lecture du protocole

## **JOUR 2 :**

- Accueil des participants et questions / réponses
  
- Protocole nez – yeux, front
- Travail des méridiens
- Révision des gestes appris la veille
- Lecture du protocole
- Prise de congé du massé
- Échange du massage complet en 1h entre les participants sous la supervision du formateur
- Débriefing de la formation pour chaque participant → Remise des certificats de fin de formation.

## **ENCADREMENT:**

Mélanie DOUCHIN, Esthéticienne diplômé d'État depuis 1998 Praticienne et formatrice, formée aux différents massages. Spa manager dans des grand hôtels .Certifiée en technique de massage du monde .

## **PUBLIC CONCERNÉ PAR LA FORMATION ET PREREQUIS**

Cette formation est ouverte à tous, sans limite d'âge. Aucune connaissance préalable n'est requise. Toute personne adulte peut suivre cette formation, sauf les femmes enceintes et les personnes présentant des contre -indications à la pratique du massage bien-être.

## **ACCESSIBILITÉ**

Procédure pour l'inscription est la suivante:

- \* Inscription par mail en signant la convention ou par courrier.
- \* Versement d'un acompte de 30% du montant de la formation.
- \* Si vous avez des besoins spécifiques liés à une situation de handicap ou des difficultés que vous souhaitez nous faire connaître, nous vous invitons à nous contacter au 06.50.86.51.05 au plus tard une semaine avant le début de la formation pour que nous puissions mettre en place les aménagements nécessaires, dans la mesure du possible.
  
- \* Le nombre de stagiaires par session est maximum 6.

Les cours en présentiel ont lieu de 09h30 à 17h30(pause déjeuner d'1 heure). Un travail personnel de révision est recommandé le soir.

## **ATTESTATION DE FIN DE FORMATION**

En application de l'article L.6353-1 du Code du Travail, une attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation sera remise au(x) stagiaire(s) à l'issue de la formation.

## **LIEUX DE FORMATION**

Cette formation est dispensée au Bd des Jardiniers 06200 Nice.

## DUREE DE LA FORMATION

La formation **massage Kobido** se déroule sur 14 heures. Un travail personnel de révision est recommandé le soir.

## COÛT DE LA FORMATION

Le prix de la formation est de 690€ Net , soit un coût horaire de 49,30€ Net.

➤ Un acompte de 30% est à régler lors de l'inscription, le solde est à régler le premier de la formation.

## DATES DE LA FORMATION

Voir le dossier d'inscription. Les dates choisies sont à reporter sur le devis et/ou la convention.

## ENGAGEMENT DU CENTRE DE FORMATION ZEN'BEAUTY

Donner la prestation définie dans ce programme. Être à l'écoute de chaque participant de façon à lui permettre de mettre à profit le mieux possible cette formation. S'abstenir de tout prosélytisme sectaire, philosophique, religieux et politique.

