

Programme Formation « Massage Kobido »

Le Kobido est un art traditionnel japonais du massage du visage reconnu pour ses effets relaxants, revitalisants et esthétiques.

Cette formation propose une initiation professionnelle permettant d'acquérir les gestes fondamentaux ainsi qu'un protocole complet d'une heure facilement intégrable dans une pratique de bien-être.

Objectifs et compétences visées

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Réaliser un protocole complet de massage Kobido d'une durée d'une heure
- Maîtriser les gestes fondamentaux du Kobido
- Développer fluidité, rythme et qualité de toucher
- Adapter la pression et les manœuvres selon les besoins du receveur
- Installer un cadre professionnel et ergonomique de pratique
- Comprendre les principaux bienfaits physiologiques et énergétiques du massage

Pré-requis pour suivre la formation

Cette formation est ouverte aux :

- Naturopathes
- Praticiens bien-être
- Esthéticiennes
- Masseurs bien-être
- Professionnels de l'accompagnement
- Débutants motivés par l'apprentissage du toucher

Aucun prérequis technique n'est nécessaire.

Méthode et lieu de la formation

- Méthode : la formation se déroulera à 100% en présentiel
- Lieu : CENATHO 221 ru La Fayette 75010 PARIS

Durée de l'action de formation

- La formation se déroulera sur : 3 jours, soit 24 heures

Les intervenants

Florence Chollet, Naturopathe, praticienne et formatrice en massage bien-être.

Formée à différentes approches du massage Kobido, dont un enseignement issu de la transmission d'une ancienne disciple du maître japonais Shogo Mochizuki.

Elle accompagne depuis plusieurs années des publics variés dans une approche globale du soin, du bien-

CENATHO

221, rue La Fayette – 75010 PARIS - 01 42 82 09 78 – info@cenatho.fr – cenatho.fr

SAS au capital de 38 112,25€ - RCS Paris B 378 758 692 – APE : 8559A – TVA intracom : FR46378758692

N° Déclaration d'activité : 11751628075

être et de la relation au corps.

Nature de l'action au sens de l'article L.6313-1 du code du travail

Les actions de formation.

Moyens / méthodes pédagogiques

- Démonstrations pratiques
- Pratique en binôme
- Corrections individualisées
- Support pédagogique remis aux participants

Programme

MODULE 1 – APPRENTISSAGE FONDAMENTAL (2 JOURS)

JOUR 1

Découverte et bases du Kobido

- Origines et philosophie du Kobido
- Bienfaits du massage japonais du visage
- Posture et ergonomie du praticien
- Qualité de présence et intention du toucher
- Anatomie de base du visage et du cou
- Apprentissage des premières manœuvres fondamentales
- Travail du rythme et de la fluidité

JOUR 2

Construction du protocole complet

- Révision des premiers gestes fondamentaux
- Apprentissage de nouvelles techniques et manoeuvres
- Intégration des enchaînements
- Construction progressive d'un premier protocole professionnel
- Fluidité et transitions
- Adaptation du massage selon les besoins
- Contre-indications et précautions
- Mise en pratique supervisée en binôme

MODULE 2 – PERFECTIONNEMENT ET INTÉGRATION (1 JOUR)

Cette journée de perfectionnement est organisée quelques semaines après le premier module afin de permettre aux participants d'intégrer les gestes par la pratique personnelle.

Objectifs :

- Révision globale du protocole
- Apprentissage de Nouvelles manoeuvres avancées
- Consolider les acquis
- Travail sur la qualité du toucher et de la posture
- Gagner en fluidité et en confiance

CENATHO

- Affiner le rythme et la précision des manœuvres
- Développer la dimension sensorielle et énergétique du soin

Travail pratique intensif et supervision individualisée.

Moyens permettant d'apprécier les résultats de l'action

- Evaluation par travaux pratique

Nature de la sanction de l'action de formation

Attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation est remise au stagiaire à l'issue de la formation.

Accessibilité et handicap

Pour tout personne en situation de handicap souhaitant suivre la formation et dont le dossier aura été accepté, le référent handicap a en charge l'adaptation des modalités de formation et d'évaluation adaptées.

CENATHO

221, rue La Fayette – 75010 PARIS - 01 42 82 09 78 – info@cenatho.fr – cenatho.fr
SAS au capital de 38 112,25€ - RCS Paris B 378 758 692 – APE : 8559A – TVA intracom : FR46378758692
N° Déclaration d'activité : 11751628075