

N° Rectorat : 0442617F  
N° d'Activité : 52441120744  
N° Siret RCS de Nantes 929 628 006



*N.B : Lors de cette formation, la supervision de chaque stagiaire est permanente, les erreurs sont corrigées au fur et à mesure et autant de fois que nécessaire.*

#### **JOUR 1 : APPRENTISSAGE DU MODELAGE DE LA FACE POSTERIEURE**

- 09h00 : Accueil des stagiaires. Présentation du formateur et des stagiaires.  
Présentation du déroulement du stage. Présentation et contexte du modelage Balinais
- 10h00
- 12h30 : Apprentissage des membres inférieurs et de la face postérieure
- Pause Déjeuner
- 13h30
- 17h00 : Le stagiaire reçoit (ou donne) une séance complète du modelage Balinais

#### **JOUR 2 : APPRENTISSAGE DU MODELAGE DE LA FACE ANTERIEURE**

- 09h00 : Révision des apprentissages de la veille
- 12h30 : Apprentissage des membres inférieurs (face antérieure)  
Apprentissage de la nuque et du crâne
- Pause Déjeuner
- Le stagiaire reçoit (ou donne) une séance complète du modelage Balinais
- 13h30
- 17h00 : Dernières questions techniques + Debriefing de la formation + Conseils sur la façon de travailler + Remise des attestations de fin de formation
- Fin de la formation

**ANNEXE PROGRAMME DETAILLE de FORMATION**  
**MODULE PRO Soins corps – *Modelage BALINAIS***

**L'activité de l'esthéticienne est conditionnée par la possession du CAP Esthétique Cosmétique Parfumerie (décret n° 98-246 du 2 avril 1998).**



**ORGANISME DE FORMATION**

INSTITUT FORMATION CORPS & BEAUTE, 24 rue de l'Île de France, 44600 SAINT NAZAIRE  
Siret : 929 628 006 – Tel : 02.40.24.14.25 – email : [ifcb@orange.fr](mailto:ifcb@orange.fr)



**NATURE DE LA FORMATION**

Originaire de Bali, le massage balinaise est assez atypique et mélange des manœuvres issues du modelage ayurvédique, chinois et thaïlandais. Il dénoue les tensions et apaise le corps et l'esprit. Un moment unique de relaxation profonde. Rituel du bain de pied.



**OBJECTIFS DE LA FORMATION :**

A l'issue de la formation, le stagiaire sera apte à réaliser un modelage Balinaise complet, 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 du dynamisme.

L'équipe pédagogique de l'IFCB est composée d'enseignants ayant les compétences requises pour enseigner ce type de modelage.



**PUBLIC et PRE-REQUIS :**

L'élève préparant la certification de Module PRO Balinaise dans notre établissement devra être en possession d'un niveau CAP Esthétique Cosmétique Parfumerie ou en cours d'acquisition. Toute personne adulte peut suivre cette formation, sauf les femmes enceintes. Groupe de 10 personnes maximum. (Minimum 5 stagiaires)

Etant donné que vous masserez et serez massé durant plusieurs jours, il vous sera demandé, en début de stage, si vous vous connaissez des contre-indications ou précautions particulières vous concernant. En cas de doute, demandez un avis préalable à votre médecin traitant.



**DUREE DE LA FORMATION :**

La formation au modelage Balinaise se déroule sur 14 heures. Les cours ont lieu sur 2 jours de 9h00 à 17h00 (pause déjeuner d'une heure). Un travail personnel est recommandé le soir.



**COÛT DE LA FORMATION :**

Le prix de la formation est de 298 € net (formation non assujettie à la TVA) pour 14h de formation, déjeuner inclus.  
Concernant la prise en charge, seuls les apprentis peuvent avoir une participation de l'OPCO EP est possible.  
Il appartiendra à votre employeur de faire la demande de prise en charge.



**DATES DE LA FORMATION :**

Contactez-nous pour avoir plus de dates.



**PROGRAMME DE LA FORMATION :**

- Apprendre à bien se positionner pour donner le modelage :  
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 modelage :  
Les gestes spécifiques à la technique du modelage Balinaise sont enseignés. Protocole pour une séance d'1h00/1h15
- Aspects importants dans la pratique du modelage :  
Les grands principes du modelage Balinaise (origine, objectifs et bienfaits), les contre-indications, les précautions à prendre avant chaque séance, l'accueil et le respect du receveur, la gestion de sa propre énergie.



**METHODE PEDAGOGIQUE :**

L'enseignement dispensé est essentiellement pratique.

La technique enseignée est montrée par petites séquences à tour de rôle. Les stagiaires pratiquent ensuite par binôme, l'un sur l'autre, l'enchaînement des gestes montrés. Ils expérimenteront ainsi le ressenti du point de vue du donneur mais également du receveur. La formatrice corrigera alors les postures et gestes des stagiaires pendant leur pratique et répondra aux questions des uns et des autres.

Le matériel pédagogique est mis à disposition du stagiaire. Un livret lui est remis à chaque stage où une présentation de la technique, le protocole détaillé et les contre-indications sont notés

**Institut Formation Corps & Beauté**

Siège social : 3 rue Vasco de Gama 44800 St Herblain  
SAS au capital de 1000€ et RCS de Nantes 929 628 006  
NDA 52441120744 Préfecture des Pays de la Loire

L'enseignement des techniques professionnelles est dispensé dans des salles de pratiques, ateliers tous équipés d'appareils et de mobiliers nécessaires à la réalisation des techniques professionnelles (lits de soin, tabourets, tablettes, plaid, protection table...)

### **TENUE et PRESENTATION :**

Tenue pantalon (ne craignant pas l'huile), pieds nus ou en chausson.

Sous-vêtements obligatoires pour être massé en massage « à l'huile » – Pour les femmes, haut conservé ou non, à leur choix. String pratique mais non obligatoire. Strings (homme et femme) jetables à disposition gratuitement.

Maquillage léger (ou nul). Ongles courts.

### **MATERIELS NECESSAIRES :**

Une grande serviette et un paréo, sur laquelle le receveur s'étendra, pour les massages allongés et, de plus, pour les massages à l'huile, une petite serviette pour s'essuyer.

### **SUIVI et EVALUATION :**

La formatrice validera si la pratique du stagiaire est correcte, celui-ci recevra alors un certificat de formation en modelage Balinais (ce certificat n'a pas de valeur de diplôme d'Etat). Dans le cas contraire, il ne sera délivré qu'une attestation de présence au stage. Le stagiaire aura toutefois la possibilité de retravailler sa pratique et de repasser la validation quand il se sentira prêt (90 €).

### **ENGAGEMENT IFCB :**

Donner la prestation définie dans cette annexe.

Etre à l'écoute de chaque stagiaire de façon à lui permettre de mettre à profit le mieux possible cette formation.



#### **Institut Formation Corps & Beauté**

Siège social : 3 rue Vasco de Gama 44800 St Herblain  
SAS au capital de 1000€ et RCS de Nantes 929 628 006  
NDA 52441120744 Préfecture des Pays de la Loire