



UN TEMPS DE BEAUTÉ

PROGRAMME DE FORMATION PARCOURS MAGIC

Un parcours professionnel structuré en 4 niveaux progressifs, dédié aux techniques de sculpture corporelle et faciale, à l'intégration des technologies esthétiques et à l'accompagnement global de la personne.

Chaque niveau est indépendant et peut être **suivi séparément**. Le parcours complet permet l'obtention d'une certification de spécialisation.

NIVEAU 1 — MAGIC BODY SCULPT

Techniques enseignées:

- Drainage lymphatique brésilien corps – Méthode Renata França
- Massage remodelant et sculptant – Méthode Renata França
- Madérothérapie corps

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre les bases anatomiques et physiologiques liées aux fluides corporels
- Maîtriser les gestes du drainage lymphatique corporel
- Mettre en œuvre des techniques de remodelage et de sculpture de la silhouette
- Adapter la pratique aux différentes morphologies
- Construire un protocole corporel complet et cohérent

Programme :

- *Les fluides dans le corps : sang, lymphé (composition, rôle)*
- *Système lymphatique et ganglions*

- Rétention d'eau, lymphœdème
- Spécificités : sportifs, grossesse
- Indications, avantages et contre-indications
- Techniques de remodelage par zones
- Histoire de la madérothérapie
- Zones de travail, outils et indications
- Bienfaits et avantages
- Protocoles par zone

Compétences développées :

- Lecture corporelle
- Précision gestuelle
- Structuration d'un soin manuel complet
- Posture professionnelle et relationnelle

Durée : 3 jours

Tarif : 995 € (hors financement)

Effectif : de 3 à 6 participants

NIVEAU 2 — MAGIC FACE LIFT

Techniques enseignées :

- Drainage lymphatique brésilien visage – Méthode Renata França
- Massage remodelant et liftant du visage
- Madérothérapie du visage

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre la physiologie du visage et des tissus
- Maîtriser les techniques de drainage facial
- Travailler le lifting manuel et la tonicité cutanée
- Adapter les techniques aux différents types de peau
- Construire un protocole visage personnalisé

Programme :

- Anatomie du visage : peau, muscles, fascias, circulation
- Vieillissement cutané et relâchement tissulaire

- *Indications et contre-indications spécifiques au visage*
- *Lecture du visage et analyse des besoins*
- *Drainage facial : enchaînements et précision du geste*
- *Lifting manuel : travail des volumes et des tensions*
- *Madérothérapie visage : outils, zones, indications*
- *Construction d'un protocole complet visage*
- *Personnalisation selon le type de peau et l'objectif*
- *Hygiène, sécurité et confort client*

Compétences développées :

- Analyse du visage
- Finesse et précision du geste
- Résultats visibles et durables
- Posture d'accompagnement

Durée : 2 jours

Tarif : 995 €

Effectif : de 3 à 6 participants

NIVEAU 3 — MAGIC BODY TECH

Techniques enseignées:

- Lipocavitation
- Radiofréquence corps et visage
- Vacuum
- Lipolaser
- Enveloppements (wrap)
- Body scrub

Objectifs pédagogiques:

- Comprendre le fonctionnement des technologies esthétiques
- Savoir associer technologies et techniques manuelles
- Construire des protocoles combinés
- Adapter les soins aux objectifs et profils clients

Programme :

- *Principes physiques des technologies esthétiques*
- *Indications, contre-indications et sécurité d'utilisation*
- *Réglages, paramètres et bonnes pratiques*
- *Lipocavitation : objectifs, zones, protocole*
- *Radiofréquence visage et corps : raffermissement et tonicité*
- *Vacuum : drainage mécanique et travail des tissus*
- *Lipolaser : amincissement ciblé*
- *Enveloppements et gommages corporels*
- *Association des techniques manuelles et technologiques*
- *Construction de protocoles combinés*
- *Lecture des résultats et suivi*

Compétences développées :

- Maîtrise des appareils esthétiques
- Sécurisation des pratiques
- Logique de protocoles combinés
- Lecture et analyse des résultats

Durée : 2 jours

Tarif : 995 €

Effectif : de 3 à 6 participants

NIVEAU 4 — MAGIC COACH

Accompagnement global, nutrition & expertise silhouette

Contenus pédagogiques :

- Coaching nutrition (e-learning)
- Sessions synchrones d'accompagnement
- Études de cas en présentiel
- Massage anti-cellulite

Programme Nutrition :

- *La nutrition de nos jours*
- *Alimentation moderne*
- *Bases d'une alimentation saine*
- *Macronutriments : protéines animales et végétales, glucides, lipides*

- *Produits transformés*
- *Catégories alimentaires*
- *Portions journalières*
- *Légumes, fruits, légumineuses*
- *Céréales, épices, boissons*
- *Aliments à éviter : charcuterie, sucres*
- *Modes de cuisson*
- *Détoxification*
- *Équilibre acido-basique*
- *Indices glycémiques*
- *Appareil digestif et microbiote*
- *Allergies et intolérances alimentaires (gluten)*
- *Nutrition du sportif*
- *Nutrition des personnes âgées*
- *Nutrition de l'enfant (jusqu'à 12 ans)*
- *Syndromes et accompagnement :*
 - *Syndrome métabolique, diabète, surpoids, obésité*
 - *Troubles du comportement alimentaire : compulsions, boulimie*
 - *Aliments pro-inflammatoires et anti-inflammatoires*
 - *Véganisme et régimes spécifiques*
 - *Bilan nutritionnel, conseils pratiques, menus types*
- *Compléments et recettes :*
 - *Compléments alimentaires*
 - *Recettes santé*

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre les bases de l'accompagnement nutritionnel
- Adopter une posture de coach professionnel
- Accompagner un projet silhouette dans sa globalité
- Analyser et suivre des cas concrets

Compétences développées :

- Vision globale du corps
- Accompagnement personnalisé
- Analyse et suivi des résultats
- Relation d'aide et posture d'expertise

Durée : 3 jours

Tarif : 995 €

Effectif : de 3 à 6 participants

CERTIFICATIONS

- À l'issue de chaque niveau : Certificat de validation des compétences – Niveau suivi
- À l'issue des 4 niveaux : CERTIFICAT DE SPÉCIALISATION
« Spécialiste en Coaching et Sculpture Corporelle – Accompagnement Global – Méthode MAGIC »

ACCOMPAGNEMENT

- Suivi personnalisé pendant 1 an après la formation
- Échanges et accompagnement professionnel
- Aide à la structuration de l'activité
- Conseils en communication et visibilité
- Remise de supports

Formation dispensée par une praticienne de santé issue du milieu médical.

Centre de formation certifié QUALIOPI.

La session est maintenue à partir de 3 participants.

En dessous de ce seuil, la formation peut être proposée en format individuel (tarif sur demande).

Pour un financement (OPCO, FAFCEA...), nous consulter.

Un temps de Beaute- Centre de formations Bien Être & Esthétiques -

siren 817942576 – NDA 019733281 97 certifié Qualiopi

www.untempsdebeaute.com • 06 27 89 11 67



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
ACTIONS DE FORMATION