

DEVENIR COACH MINCEUR PROGRAMME COMPLET POUR DEVENIR EXPERTE EN MINCEUR

« L'efficacité du coaching minceur et soin au naturel »

Version 05 : décembre 2025
1 an renouvelable

Durée : 3 jours (21h) en présentiel

Horaires : 9h30-13h 14h- 17h30

Coût Pédagogique : 690 € HT (prix public)

PUBLIC VISE

Ce programme est destiné aux professionnelles de l'esthétique désirant de développer son expertise minceur.

PREREQUIS

Être esthéticienne ou en cours de formation.

OBJECTIFS OPERATIONNELS ET COMPETENCES VISEES

- Devenir experte en expertise minceur.
- Acquérir des connaissances théoriques et pratiques sur les techniques minceur : drainage, remodelant, amincissant.

MOYENS PEDAGOGIQUES (à l'issue de la formation, le ou la stagiaire sera capable de)

- Maîtriser les connaissances théoriques sur le drainage du corps et la minceur.
- Maîtriser le Bilan Corporel pour déterminer le programme Minceur adapté à son ou sa cliente.
- Maîtriser les techniques professionnelles amincissantes et remodelantes du soin **Bio-Active Madéro** : Manœuvres avec les instruments de Madérothérapie drainantes, amincissantes et remodelantes.
- Maîtriser les techniques professionnelles amincissantes du soin **Bio Active Minceur** : Manœuvres avec le bambou et techniques manuelles amincissantes.
- Maîtriser les techniques professionnelles drainantes du modelage **Lympho Dynamique** : Techniques manuelles drainantes spécifiques.
- Renforcer l'association entre les produits minceur silhouette et les compléments alimentaires.

DUREE ET MODALITES D'ORGANISATION

La formation se déroulera totalement en présentiel avec le découpage suivant :

- En 3 jours

Département Formations – EDITIONS DIVONA : 121 chemin de la Portette - 46090 MERCUES
Tél : 05 65 20 20 23 – E-mail : formations@divona.fr

- Sur 21 heures
- De 9h30 à 13h 14h à 17h30

MOYENS PEDAGOGIQUES

- **Apports théoriques** : 50%
- Fiche consultation minceur.
- Book de formation
- Rétro projection.
- **Apports pratiques** : 50%
- Démonstration du protocole du soin « **Minceur Bio-Active** ».
- Démonstration du protocole du soin « **Soin Bio-Active Madéro** ».
- Démonstration du protocole du modelage drainant « **Lympho Dynamique** ».
- Démonstration des techniques, étape par étape puis en globalité pour le soin.
- Produits cosmétiques et petit matériel d'esthétique fournis.

TECHNIQUES DE MODELAGE ETUDIEES

| | Manœuvres madero | Manœuvres Minceur Bio-Active | Manœuvres Lympho Dynamique |
|-------------------------------|--|--|--|
| Description | Technique de massage utilisant des outils en bois pour sculpter et tonifier le corps. | Modelage minceur utilisant des techniques manuelles, incluant le bambou, adapté à toutes les morphologies. | Drainage lymphatique doux et rythmé pour améliorer la circulation lymphatique et procurer une sensation de légèreté. |
| Spécificités | Utilisation d'outils en bois de formes variées pour stimuler la circulation et travailler en profondeur. | Modelage au bambou pour une action minceur globale. | Méthode spécialisée avec mouvements doux, adaptée aux besoins individuels. |
| Manœuvres Effectuées | Instruments en bois appliqués avec des mouvements dynamiques et ciblés. | Pressions et manœuvres amincissantes avec bambou, activation de la combustion des graisses. | Mouvements doux et rythmiques sur les zones lymphatiques clés. |
| But/ Effets Recherchés | Sculpte, tonifie, améliore la circulation, aide à réduire la cellulite, raffermit les tissus et stimule le drainage lymphatique. | Réduit les centimètres, active la perte de graisse, diminue l'aspect peau d'orange. | Relance le système circulatoire et lymphatique, désinfiltre et tonifie les tissus, allège et remodèle le corps. |

PROGRAMME

- **1^{er} jour** : Devenir coach minceur en mode synchrone

| | Kick-off de lancement | Thème | Mode pédagogique | Activité individuelle de formation |
|----------------------------------|---|--|--|---|
| 1^{ère} ½ journée | <p>Découverte de la formation : objectifs à atteindre.</p> <p>Demande des stagiaires.</p> <p>Lors du Kick-off de lancement, les questions des stagiaires peuvent être formulées directement au formateur ou formatrice.</p> | <p>Biologie corporelle appliquée au système lymphatique : Rôle du système lymphatique</p> <p>Fonctionnement du système lymphatique</p> <p>Physiologie : apprendre à drainer sur un corps sain pour stimuler les systèmes lymphatiques et sanguins.</p> <p>Morphologie corporelle</p> <p>La cellulite : Définition, savoir reconnaître les différentes formes, identifier les causes et déterminer les types.</p> <p>Le bilan corporel : l'outil indispensable pour définir au mieux les besoins et objectifs du (de la) client(e) dans le cadre de la minceur.</p> | <p>Accueil des stagiaires par la formatrice.</p> <p>Tour de table de présentation.</p> <p>Présentation support rétroprojection power point</p> | <p>Apport pédagogique : Interaction avec la formatrice et les stagiaires</p> <p>Questions/ Réponses</p> |

| | Kick-off de lancement | Thème | Mode pédagogique | Activité individuelle de formation |
|----------------------------------|---|---|--|---|
| 2^{ème} ½ journée | Découverte des objectifs de la 2 ^{ème} ½ journée | Pratique intégrale du soin « Lympho Dynamique » Techniques et manœuvres spécifiques selon l'enchaînement du modelage utilisé. Gestuelles manuelles spécifiques pour apporter une action dynamique sur la lymphé et une action dynamisante des tissus. | Présentation support rétroposition power point Démonstration par la formatrice des différentes étapes du soin et des techniques de modelages. | Pratique en Binôme du soin et du modelage. Apport pédagogique : Interaction avec la formatrice et les stagiaires Questions/ Réponses. |

- **2^{ème} jour** : Devenir coach minceur en mode synchrone

| | Kick-off de lancement | Thème | Mode pédagogique | Activité individuelle de formation |
|----------------------------------|---|--|--|---|
| 1^{ère} ½ journée | Découverte de la formation jour : objectifs à atteindre. Demande des stagiaires. Lors du Kick-off de lancement, les questions des stagiaires peuvent être formulées directement au formateur ou formatrice. | Les étapes et les produits cosmétiques du soin : « Minceur Bio- Active » Découverte du Bambou. | Feed Back et FAQ de la 1 ^{ère} journée. Présentation support rétroposition power point Démonstration par la formatrice des différentes étapes du soin et des techniques de modelages mécaniques et manuelles. | Apport pédagogique : Interaction avec la formatrice et les stagiaires Questions/ Réponses. |

| | | | | |
|----------------------------------|---|---|---|---|
| 2^{ème} ½ journée | Découverte des objectifs de la 2 ^{ème} ½ journée | Pratique en binôme su soin « Minceur Bio Active » Techniques et manœuvres spécifiques selon l'enchaînement du modelage utilisé. Gestuelles spécifiques pour agir sur la dynamique des fluides, lymphé, sang et liquides interstitiels favorisant ainsi la libération des toxines, des déchets et la régénération cellulaire. | Présentation support rétroprojection power point. | Pratique en Binôme du soin et du modelage. Apport pédagogique : Interaction avec la formatrice et les stagiaires Questions/ Réponses. |
|----------------------------------|---|---|---|---|

- **3^{ème} jour** : Devenir coach minceur en mode synchrone

| | Kick-off de lancement | Thème | Mode pédagogique | Activité individuelle de formation |
|----------------------------------|--|---|---|---|
| 1^{ère} ½ journée | Découverte de la formation : objectifs à atteindre. Demande des stagiaires. Lors du Kick-off de lancement, les questions des stagiaires peuvent être formulées directement au formateur ou formatrice. | Minceur expertise Associer la cure minceur aux produits cosmétiques corps minceur. Associer la cure minceur aux compléments alimentaires. Les étapes et les produits cosmétiques du soin : « Bio- Active Madéro » Découverte des instruments de Madéro Thérapie. | Accueil des stagiaires par la formatrice. Tour de table de présentation. Présentation support rétroprojection power point Démonstration par la formatrice des différentes étapes du soin et des techniques de modelage minceur madéro. | Apport pédagogique : Interaction avec la formatrice et les stagiaires Questions/ Réponses. |

| | Kick-off de lancement | Thème | Mode pédagogique | Activité individuelle de formation |
|----------------------------------|---|--|------------------|---|
| 2^{ème} ½ journée | Découverte des objectifs de la 2 ^{ème} ½ journée | Pratique en binôme su soin « Minceur Bio Active Madéro ». | | Pratique en Binôme du soin et du modelage. . |

METHODE DE TRAVAIL

La pédagogie, basée sur des méthodes actives et explicatives, requiert la participation complète et continue des stagiaires.

- Exercices deux par deux en alternance.
- Accessoires à apporter :
 - 1 tenue de pratique : Blouse.
 - 1 grande serviette de bain et une couverture polaire
 - 2 serviettes moyennes 30x50
 - 1 petite serviette 30x30
 - 1 Kit Madero et 1 bambou minceur
- Bilan des journées et validation des acquis
- Etape administrative
- Remise des diplômes

MODALITES D'EVALUATION ET DE SUIVI

- Bilan des journées et validation des acquis
- Etape administrative : feuille d'émarginement.
- Evaluation formative : exercices pratique et mise en situation.
- Evaluation formative des acquis en fin de formation : acquisition des techniques de massage.
- Attestation de fin de formation.
- Evaluation sommative de la satisfaction du participant :
 - Evaluation « à chaud » de la formation par un questionnaire envoyé par QR code en fin de formation.

ACCESSIBILITE HANDICAP

Mise en place de conditions aménagées en cas de handicap.

Référent handicap : Carine Censier

carine.censier@divona.fr

Département Formations – EDITIONS DIVONA : 121 chemin de la Portette - 46090 MERCUES

Tél : 05 65 20 20 23 – E-mail : formations@divona.fr



Présentiel

Accessibilité & prise en compte des situations de handicap

Pour toutes nos formations, nous réalisons des études préalables à la formation pour adapter les locaux, les modalités pédagogiques et l'animation de la formation en fonction de la situation de handicap annoncée.

De plus en fonction des demandes, nous mettrons tout en œuvre pour nous tourner vers les partenaires spécialisés.

Département Formations – EDITIONS DIVONA : 121 chemin de la Portette - 46090 MERCUES
Tél : 05 65 20 20 23 – E-mail : formations@divona.fr

Enregistrée sous le n° 73 46 00381 46 auprès du Préfet de région Midi Pyrénées.
Ce numéro d'enregistrement ne vaut pas agrément de l'état (art. L6352-12 du code du travail).
SARL au capital de 1500€ - RCS Cahors 450 994 363 - SIRET : 450 994 363 00031 - APE : 5811Z