



BEAUTY FORMATION

Centre de formation certifié Qualiopi

PROGRAMME DE FORMATION

LIFTING COLOMBIEN

Technique manuelle de raffermissement et de tonification corporelle — Formation courte en 2 jours : 1 jour d'e-learning à distance + 1 jour de pratique en présentiel

Version du programme : 23 juillet 2026

Document conforme aux exigences d'information du Référentiel National Qualité (Qualiopi) et aux articles L6353-1 et D6353-1 à D6353-8 du Code du travail

Organisme de formation	BEAUTY FORMATION
Adresse	206 Avenue de Versailles, 75016 Paris
SIRET	818 547 598 00024
N° de déclaration d'activité	11 92 21269 92 (enregistré auprès du préfet de région d'Île-de-France)
Certification Qualiopi	Beauty Formation est certifié Qualiopi au titre des actions de formation. N° de certification : 03259
Contact	contact@beautyformation.fr — 07 49 59 88 13
Référente pédagogique et administrative	Syndy Journo, contact@beautyformation.fr — 07 49 59 88 13
Référente handicap	Syndy Journo — contact@beautyformation.fr — 07 49 59 88 13

1. Intitulé de la formation

Lifting colombien : technique manuelle de raffermissement, de tonification et de remodelage corporel

2. Public visé et prérequis

Public visé

- Esthéticien(ne)s et professionnels du soin, du bien-être ou de la santé souhaitant élargir leur offre de prestations
- Personnes en reconversion professionnelle souhaitant acquérir une nouvelle compétence manuelle
- Toute personne majeure souhaitant se former à cette technique, sans condition de diplôme ni de statut professionnel

Prérequis

Aucun prérequis de diplôme ni d'expérience professionnelle n'est exigé pour accéder à cette formation, qui est ouverte à tout public.

Une bonne mobilité des mains, des poignets et des bras est recommandée compte tenu des gestes toniques et répétés. Cette formation ne dispense pas un diagnostic médical et ne se substitue pas à un avis médical.

Effectif

Formation organisée en groupe restreint de 2 à 6 stagiaires maximum, afin de garantir un accompagnement individualisé lors des mises en pratique.

3. Objectifs pédagogiques

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

- Expliquer l'origine et les principes du lifting colombien et ses effets sur la fermeté cutanée
- Identifier les repères anatomiques du corps utiles au soin (groupes musculaires, circulation lymphatique et veineuse)
- Appliquer les règles d'hygiène, de sécurité et identifier les contre-indications au soin
- Réaliser un protocole complet de lifting colombien dans le respect des bonnes pratiques professionnelles
- Adapter le rythme, la pression et l'enchaînement des manœuvres selon la morphologie du client et l'objectif recherché (fermeté, tonicité, remodelage)
- Conseiller le client sur le suivi post-soin et construire une cure de séances adaptée

4. Durée, dates et modalités pratiques

Durée : 14 heures (1 jour d'e-learning à distance de 7 heures + 1 jour de pratique en présentiel, dont 6 heures de formation effective)

Horaires : Jour 1 (e-learning à distance) : 7 heures, en autonomie, selon le rythme du stagiaire. Jour 2 (présentiel) : 10h30 – 17h30, pause déjeuner d'1 heure incluse, journée consacrée exclusivement à la pratique.

Modalité : Formation mixte (blended learning) : 1 jour de formation à distance en e-learning + 1 jour de formation en présentiel consacré exclusivement à la pratique

Lieu : Module e-learning : accessible à distance depuis la plateforme de formation. Journée pratique : Centre Beauty Formation, 206 Avenue de Versailles, 75016 Paris

Effectif : 2 à 6 stagiaires maximum par session

Dates : Sessions programmées selon calendrier disponible sur demande auprès de l'organisme

5. Modalités et délais d'accès

- Inscription via le site internet, par téléphone ou par courriel auprès de Beauty Formation
- Formalisation de l'inscription par une convention ou un contrat de formation professionnelle et un règlement intérieur remis au stagiaire
- Délai d'accès : inscription possible jusqu'à 8 jours avant le début de la session, sous réserve de places disponibles
- Aucune sélection sur dossier : admission dans l'ordre d'inscription, sous réserve de compatibilité avec les prérequis indiqués au point 2

6. Tarif et financement

Tarif : 990 € TTC (formation en 2 jours : e-learning + journée pratique en présentiel, incluant support pédagogique et attestation).

Modalités de règlement : Précisées dans la convention ou le contrat de formation professionnelle remis à chaque stagiaire lors de son inscription

Financement : Fonds propres, prise en charge OPCO pour les salariés (selon éligibilité), financement personnel. Cette formation courte non certifiante n'est en principe pas éligible au CPF, sauf mention contraire à vérifier au moment de la publication

7. Programme pédagogique détaillé

Horaire	Séquence	Contenu	Durée
Jour 1 – E-learning	Théorie et connaissances fondamentales (à distance)	Support de cours au format PDF ; vidéos de démonstration ; histoire et principes du lifting colombien ; anatomie de surface du corps utile au soin (groupes musculaires, circulation lymphatique et veineuse) ; bienfaits physiologiques et sensoriels ; schémas des protocoles ; présentation des manœuvres spécifiques et du matériel associé ; hygiène et asepsie ; contre-indications et précautions ; cadre réglementaire et déontologique de la pratique esthétique et bien-être ; validation des connaissances par QCM ; exercice pratique en vidéo ; accès à un forum de discussion avec le formateur ; suivi pédagogique pendant 1 an	7h00
Jour 2 – 10h30 – 12h00	Accueil et démonstration pratique	Accueil des stagiaires, rappel des points clés de l'e-learning et recueil des questions ; démonstration commentée du protocole complet de lifting colombien par le formateur sur modèle	1h30
Jour 2 – 12h00 – 13h00	Pause déjeuner		1h00
Jour 2 – 13h00 – 16h00	Mise en pratique encadrée	Pratique en binôme (chaque stagiaire est tour à tour praticien(ne) et modèle) : jambes, fessiers, ventre, bras ; corrections individualisées du geste et du rythme	3h00
Jour 2 – 16h00 – 17h00	Personnalisation et conseil client	Adaptation du protocole selon la morphologie et l'objectif recherché ; conseils post-soin, fréquence des séances, construction d'une cure ; éléments de tarification et argumentaire client	1h00
Jour 2 – 17h00 – 17h30	Évaluation des acquis et clôture	Mise en situation pratique évaluée sur grille de critères, debrief, questionnaire de satisfaction, remise du certificat	30 min

8. Méthodes et moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques illustrés (support de présentation projeté, fiches techniques remises aux stagiaires)
- Démonstration en conditions réelles réalisée par le formateur sur modèle
- Mises en pratique en binôme sur modèles, sous encadrement individualisé et corrections en temps réel
- Groupe restreint permettant un accompagnement personnalisé de chaque stagiaire

Moyens techniques

- Tables de soin, linge professionnel, huiles ou crèmes de soin, consommables à usage unique
- Support de projection et livret pédagogique (fiches anatomie, protocole, hygiène et contre-indications) remis à chaque stagiaire

Encadrement

La formation est animée par un formateur ou une formatrice justifiant d'une expérience professionnelle et/ou de qualifications spécifiques en lifting colombien et modelages corporels (voir point 12).

9. Modalités d'évaluation des acquis

- Évaluation diagnostique en début de journée : recueil des attentes et du niveau initial des stagiaires (tour de table)
- Évaluation formative continue : observation et correction individualisée des gestes tout au long des mises en pratique
- Évaluation sommative en fin de formation : questionnaire de connaissances (QCM) portant sur la théorie, et mise en situation pratique évaluée sur une grille de critères observables
- Recueil de la satisfaction des stagiaires via un questionnaire remis en fin de session

10. Modalités de suivi et sanction de la formation

- Feuille d'émargement signée par demi-journée par le stagiaire et le formateur
- Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature, la durée de l'action et les résultats de l'évaluation, conformément à l'article L6353-1 du Code du travail
- Attestation individuelle de réalisation remise au financeur le cas échéant
- Certificat de réussite délivré en cas de validation de la mise en situation pratique

Cette formation est une formation professionnelle continue non certifiante : elle ne délivre pas de certification ou d'habilitation inscrite au Répertoire National des Certifications Professionnelles (RNCP) ou au Répertoire Spécifique (RS).

11. Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Un accompagnement individualisé

Beauty Formation étudie individuellement chaque demande d'inscription formulée par une personne en situation de handicap, quelle que soit la nature du handicap (moteur, sensoriel, cognitif ou psychique — la majorité des situations de handicap n'étant pas visibles). Cette analyse est réalisée en amont de l'inscription avec la référente handicap, afin d'identifier les besoins de compensation et les aménagements possibles : rythme, supports pédagogiques adaptés, organisation des exercices pratiques, communication du contenu sous des formats accessibles.

Limite connue des locaux et solutions apportées

Les locaux du centre de formation ne disposent pas, à ce jour, d'un accès de plain-pied ni d'aménagements dédiés aux personnes à mobilité réduite. Beauty Formation en informe le candidat dès la prise de contact, avant l'inscription, afin qu'il dispose de cette information pour s'engager en toute connaissance de cause.

Lorsque cette contrainte ne permet pas d'accueillir une personne en situation de handicap moteur dans de bonnes conditions de sécurité et de confort, la référente handicap étudie avec elle les solutions alternatives envisageables (report vers une session organisée dans des locaux accessibles, aménagement ponctuel de l'organisation de la journée) et, si aucune solution interne n'est possible, l'oriente vers les réseaux et organismes compétents en matière d'accès à la formation professionnelle des personnes en situation de handicap (Agefiph pour les actifs du secteur privé, Cap emploi, ou la MDPH du lieu de résidence de la personne).

Organisation interne

La référente handicap de l'organisme est Syndy Journo, joignable à contact@beautyformation.fr ou au 07 49 59 88 13. Elle est l'interlocutrice identifiée pour toute question relative à l'accessibilité de la formation, avant et pendant le parcours, et veille à la bonne prise en compte des besoins exprimés par les stagiaires.

Beauty Formation veille à sensibiliser le formateur ou la formatrice aux enjeux de l'accueil des publics en situation de handicap, notamment au fait que la majorité des handicaps ne sont pas visibles, afin d'adopter une posture d'écoute adaptée en toutes circonstances.

Locaux : Non accessibles aux personnes à mobilité réduite à ce jour ; étude systématique de solutions alternatives par la référente handicap

Référente handicap : Syndy Journo — contact@beautyformation.fr — 07 49 59 88 13

12. Formateur / Formatrice

Nom : Syndy Journo

Qualifications et expérience : Esthéticienne depuis 20 ans : qualification professionnelle reconnue par la Chambre de Métiers et de l'Artisanat au titre de 3 années d'expérience professionnelle effective (équivalence à la qualification requise en l'absence de CAP Esthétique Cosmétique Parfumerie, conformément au Code de l'artisanat, article L. 121-1 et suivants) ; formée et expérimentée en lifting colombien et modelages corporels, pratique depuis plusieurs années

Beauty Formation veille à l'actualisation régulière des compétences de ses formateurs, notamment par une veille technique et réglementaire sur les techniques de soins esthétiques.

13. Réclamations et voies de recours

Toute réclamation relative à la formation peut être adressée à Beauty Formation par courriel à contact@beautyformation.fr ou par téléphone au 07 49 59 88 13. Elle fait l'objet d'un accusé de réception sous 48 heures et d'une réponse motivée dans un délai de 15 jours ouvrés.

14. Contact

Organisme : Beauty Formation

Adresse : 206 Avenue de Versailles, 75016 Paris

Téléphone : 07 49 59 88 13

Courriel : contact@beautyformation.fr