CAP ESTHETIQUE

Inscription possible à partir de février pour la rentrée de septembre

Public et admission

Niveau requis : 3ème générale dès 15ans

Conditions d'admission :

> Entretien de motivation
> Test d'évaluation

Déroulement de la formation

Durée : 2 ans - de septembre à Mai (possible en 1 an selon profil)

Formation : 6 semaines en centre + 12 semaines en entreprise

Enseignement :

> Matières générales
> Matières professionnelles

Tarif et équipement

Tarif annuel : 3 980€* dont 580€ de frais d'inscription

Kit équipement première année : 690€

**des facilités de paiement sont disponibles, n'hésitez pas à nous contacter pour les aborder.*

CAP COIFFURE

Inscription possible à partir de février pour la rentrée de septembre

Public et admission

Niveau requis : 3ème générale dès 14ans

Conditions d'admission :

> Entretien de motivation
> Test d'évaluation

Déroulement de la formation

Durée : 2 ans - de septembre à Mai (possible en 1 an selon profil)

Possibilité de présenter des modules et de passer le CAP par blocs de compétences sur plusieurs années.

1ère année : Bases du métier + stages & examen de passage

2ème année : Approfondissement - préparation du diplôme

BREVET PROFESSIONNEL COIFFURE

Public et admission

Durée de la formation et pré-requis : en 2 ans et en apprentissage après le CAP ou en 1 an si vous justifiez d'au moins 2 ans d'expérience professionnelle.

Deux options possibles à choisir lors de l'inscription :
-Coiffure évènementielle
-Coupe hommes et entretien du système pilo-facial.

**des facilités de paiement sont disponibles, n'hésitez pas à nous contacter pour les aborder.*

Le corps.

Formation massage du dos relaxant (2 jours) 1100€

Ce modelage relaxant du dos permet de dénouer et d'apaiser les tensions accumulées sur cette partie du corps souvent très sollicitée et de retrouver un état de bien-être et de sérénité.

Formation massage californien (2 jours) 1500€

Maîtrisez les gestes enveloppants du massage le plus populaire des instituts. Une formation complète et immersive pour transformer chaque toucher en une véritable vague de bien-être.

Formation massage oriental (2 jours) 1190€

Le massage oriental est réputée dans le monde entier et réalisé dans les spas. C'est un massage qui est reconnu pour apaiser la peau à l'aide de bains à vapeur. Il libère les toxines et vivifie l'ensemble du corps tout en luttant contre les tensions corporelles et la fatigue.

Formation massage amma assis (1 jour) 500€

Méthode de relaxation pratiquée sur une chaise ergonomique prévue pour ce type de massage. Son principe est simple : soulager par le toucher. Cette a pour objectif d'apporter détente profonde.

Formation massage Thailandais (2 jours) *(disponible en version sur futon)* 1500€

Ce soin énergétique repose sur l'ayurvéda et de la médecine traditionnelle chinoise, et consiste à utiliser ses mains, ses coudes, ses genoux et ses pieds pour appliquer des pressions sur les lignes d'énergie du corps

Formation massage Balinais (2 jours) 1190€

Apprenez l'art du massage balinais : une technique ancestrale alliant relaxation profonde et harmonisation du corps et de l'esprit.

Formation Chi Nei Tsang (3 jours) 1750€

Utilisez vos mains pour masser directement les organes internes libérant ainsi les tensions, blocages et favorisant la circulation du chi, ce soin permet de traiter par exemple les troubles digestifs, le stress et les douleurs chroniques.

Le corps.

Formation massage Lomi Lomi (2 jours) 1500€

Massage qui relie toutes les dimensions de l'être et qui rassemble toutes les parties du corps. Ce sont alternativement de longs mouvements qui courent sur tout le corps et un travail en profondeur sur toutes les parties du corps. On masse avec les mains, les avant-bras, les pouces et le bout des doigts.

Formation massage ayurvédique abhyanga (2 jours) 1100€

Massage profond, centré sur les Chakras et les Méridiens, il permet les toxines et d'énergiser et harmoniser corps et esprit.

Formation massage suedois (1 jour) 500€

technique de massage dynamique qui vise à dissoudre les tensions et à raffermir les muscles et les articulations

Formation Réflexologie plantaire (2 jours) 1500€

Réalisation de manœuvres d'acupression dans le but d'agir sur les différentes parties du corps qui ont besoin de se régénérer. On traite par exemple les migraines ou les troubles digestifs.

Formation Réflexologie plantaire, palmaire et faciale (3 jours) 2000€

Maîtrisez les secrets de la réflexologie avec les points d'acupression et leurs effets bénéfiques sur le corps et l'esprit.

Le corps.

Formation massage Shiatsu (2 jours) 1100€

Le massage Shiatsu agit à la fois sur le métabolisme et l'état d'esprit de celui qui le reçoit, conciliant les deux parties et aidant à devenir plus conscient de notre corps et à le connecter à nos besoins. Le Shiatsu offre un équilibre énergétique parfait.

Formation massage pierres chaudes (2 jours) 1100€

aMssage permettant une détente absolue mentale et musculaire grâce à des mouvements lents et appuyés. Une relaxation profonde qui va vous permettre de relancer l'énergie vitale de votre corps. Idéal pour rééquilibrer les énergies.

Formation Aromathérapie (1 jour) 500€

Maîtrisez l'aromathérapie avec une formation complète alliant théorie et pratique, pour utiliser les huiles essentielles en toute sécurité et apporter des solutions efficaces aux maux de vos clients et créer des protocoles sur mesure.

Formation Lahochi (1 jour) 500€

Processus énergétique vibratoire puissant qui vise l'éveil spirituel et personnel afin de permettre à votre client de se reconnecter à sa capacité d'autoguérison. Le lahochi se pratique par apposition des mains.

Formation massage gua sha et pochons herbeux (3 jours) 1750€

Il s'agit d'un mélange de plantes aromatiques placé dans un tissu en coton doux. On détend le corps sous l'effet des pochons chauds apposés par pressions ou tapotements sur plusieurs points stratégiques du corps.

La périnatalité. ♥

Formation massage pré natal (2 jours) 1500€

Rituel spécialement créé pour les femmes enceintes pour soulager les douleurs liées à une grossesse, apaiser les tensions et relâcher le corps et l'esprit

Formation massage post natal (2 jours) 1500€

Rituel qui permet l'élimination de toutes les toxines et la fatigue accumulées lors de la grossesse.

Formation Massage des 9 lunes (3 jours) 2200€

Offrez à vos clientes un instant de douceur et d'harmonie avec ce massage ayurvédique prénatal, conçu pour soulager les maux de la grossesse, apaiser le corps et favoriser l'équilibre émotionnel

Formation Rituel de renaissance post partum (4 jours) 2500€

Massage visant à renouer le lien avec son corps, au soin rebozo resserrage du bassin, accompagnement phytothérapie et périnatalité.

Formation Rituel d'accompagnement en post-partum (2 jours) 1500€

Accompagnez vos clientes dans le post-partum grâce à la phytothérapie, l'aromathérapie ainsi que le resserrage de la ceinture pelvienne et réalisez le soin rebozo permettant de se remettre en lien avec le souvenir et les émotions. Guidez votre cliente vers le lâcher prise, et la reconnexion avec son féminin.

La minceur et les soins circulatoires

Formation maderothérapie

1250€

Apprenez un rituel de beauté réalisé à l'aide de techniques manuelles et d'outils en bois visant à améliorer la qualité de la peau, éliminer la peau d'orange et à favoriser la circulation sanguine et lymphatique.

Formation drainage lymphatique

1250€

Découvrez l'art du drainage lymphatique : une méthode douce et puissante pour sculpter le corps, booster la circulation sanguine et lymphatique et apporter un réel bien être à vos clients.

Formation massage jambes légères (2 jours)

1500€

Le massage manuel est une technique qui consiste à exercer des pressions et des mouvements sur la peau et les muscles des jambes pour stimuler la circulation sanguine et lymphatique. De ce fait, le massage permet d'éliminer les toxines et de réduire les inflammations.

Possibilité de regrouper plusieurs techniques afin de réaliser une formation sur-mesure.

Le visage

Formation Kobido (4 jours) — 2000€

technique de massage facial anti-âge ancestrale japonaise visant à détendre la peau et les muscles tout en les raffermissant.

Formation Stretching - lifting - intrabuccal (3 jours) — 1750€

Découvrez l'ensemble des techniques qui feront de vous une véritable facialiste qui saura évaluer et améliorer la qualité de la peau de ses clients avec des manœuvres profondes .

Formation Yoga du visage (2 jours) — 1100€

Véritable tendances de ces dernières années, découvrez tous les secrets de la pratique du yoga du visage, identifiez chaque partie du visage à repulper et maîtrisez la gestuelle adaptée à chaque problématique du visage.

Formation massage gua sha, cristaux & rituels litho-botaniques (3 jours) — 1750€

Apprenez à choisir vos gua sha et cristaux en fonction de vos objectifs et à les utiliser de façon à améliorer la qualité de la peau de vos clients, le tout dans un protocole relaxant.

Formation soin du buste aux plantes (2 jours) — 1260€

Rituel botanique en lien avec la féminité et l'émotionnel afin d'ouvrir le cœur.

Massage crânien (2 jours) — 1500€

Découvrez l'art du massage visage et crânien relaxant pour une détente profonde, une peau tonifiée et une stimulation bienfaisante du cuir chevelu, grâce à des gestes doux et précis qui subliment le bien-être.

Soin proposé avec une approche holistique

Le visage

Soin visage litho-botanique plantes du printemps ou automne (2 jours) 1100€

apprenez à réaliser une lecture émotionnelle du visage et à créer un soin du visage naturel à l'aide d'un mélange de plusieurs techniques manuelles, à la litho thérapie, et à l'utilisation de fleurs, racines, argiles et autres produits naturels pour un soin botanique sur mesure.

Formation soin hydrafacial (3 jours) 1750€

Soin du visage révolutionnaire breveté ayant pour but de nettoyer la peau en profondeur et apporter efficacement des principes actifs et vitamines pour traiter différents problèmes de peau avec des résultats visibles.

Drainage visage méthode facialiste (3 jours) 1500€

Le drainage lymphatique aide à éliminer plus efficacement les toxines, réduire les inflammations, améliorer la microcirculation pour améliorer la texture de la peau.

Formation shiatsu (2 jours) 1100€

Plongez dans l'univers du Shiatsu, une technique ancestrale qui rééquilibre les énergies, libère les tensions et invite à une profonde harmonie du corps et de l'esprit.

Beauté du regard

Epilation au fil (1 jour) 00€
Apprenez à maîtriser cette technique ancestrale idéale pour une épilation nette, douce et longue durée.

Extension de cils (cil à cil + volume russe) (3 jours) 1500€
Maîtrisez la pose d'extensions de cils, méthode cil à cil pour un effet ultra naturel et pose volume russe pour un regard féminin et profond.

Rehaussement des cils + teinture (1 jour) 00€
Proposez à vos clientes une alternative à l'extension de cils avec le rehaussement de cils. Idéal pour des cils qui ont tendance à pousser "droits".

Browlift + teinture (1 jour) 500€
Véritable tendance, formez-vous à cette technique innovante pour des sourcils rehaussés, disciplinés et sublimés.

Microblading (3jours) 1700€
Technique de maquillage permanent imitant les vrais cils. réputée pour son coté naturel, cette prestation est l'une des plus appréciées des clientes en instituts de beauté.

Microshading (3jours) 1700€
Comme le microblading, il s'agit d'une technique de maquillage permanent qui utilise cette fois un effet plus profond d'ombrage.

Formation eye liner + contour des lèvres + candy et full lips (3 jours) 1700€
Technique qui vise à maquiller lèvres et yeux de façon permanente, de plus en plus demandée en instituts.

Habilitation Hygiène et salubrité (3 jours) 700€
Maîtrisez les normes d'hygiène et de sécurité pour exercer le maquillage permanent en toute légalité en conformité avec la reglementation.

Il est possible de créer une formation sur mesure avec plusieurs techniques, n'hésitez pas à nous contacter pour aborder les différentes options.

Beauté des Mains

Formation de base prothésiste ongulaire (3 jours) — 1500€
Pendant trois jours, apprenez les règles d'hygiène et de préparation de l'ongle, la pose de vernis semi permanent, la pose de gel sur ongles naturels ainsi que la pose de gel à l'aide de chablons.

Formation pose américaine (1 jour) — 650€
Une journée pour découvrir et pratiquer le popit, qui vous permettra de gagner du temps lors de vos prestations.

Formation manucure russe (1 jour) — 650€
Véritable tendance, découvrez le secret d'une pose zéro imperfection avec la manucure russe. (il est nécessaire d'avoir le CAP esthétique)

Maquillage

> Formation complète sur 8 jours possible (4300€)
> Kit complet : 650€

Formation maquillage jour (2 jours) — 1100€
Découvrez les bases du maquillage de jour pour une journée bien remplie. Apprenez à utiliser chaque pinceau, à réaliser les gestes parfaits pour un résultat naturel qui tient toute la journée.

Formation maquillage mariée (2 jours) — 1100€
Apprenez les techniques afin de permettre à la mariée de se sentir sublimée avec un maquillage glamour et sophistiqué qui la mettra en valeur pour cette journée hors du commun.

Formation maquillage soirée (2 jours) — 1100€
Découvrez comment réaliser un maquillage sophistiqué pour les soirées. Intensifiez le regard ou les lèvres pour un rendu impeccable.

Formation maquillage peaux matures (2 jours) — 1100€
Apprenez à identifier les problèmes de peau et à travailler dessus afin de les estomper au maximum en gardant un aspect naturel et en évitant de creuser les rides et ridules.

Le coin Barbier

Barbier - l'essentiel

Barbier - Dégradé américain

Le long et ses déclinaisons

Le court et ses déclinaisons

Femme

Les essentiels coupe femme

Shaggy and co

Renfoncer et balayage inversé

Sunlight chrono & wet balayage

Les blonds polaires

Balayage, contouring & ombré

Décoloration

Technique poivre et sel

Tresses

Chignons

Attaches rapides

L'expertise de la couleur

Coloration végétale

1 journée
500€ *

**Il est possible de créer une formation sur mesure avec plusieurs techniques, n'hésitez pas à nous contacter pour aborder les différentes options.*

NOUVEAU

Formation head spa traditionnelle (2 jours) — 1100€

Apprenez les gestes incontournables du head spa. Maîtrisez les techniques de relaxation par le massage crânien et apprenez à gérer le cadre de circulation d'eau de manière optimisée.

Coup de ♥

Formation head spa botanique niveau 1 (3 jours) — 1500€

Plongez dans l'art du Head Spa traditionnel, sublimé par le pouvoir des fleurs, cristaux et rituels énergétiques. Maîtrisez chaque geste pour offrir une expérience sensorielle unique, où bien-être et beauté ne font qu'un. Apprenez avec nous et révélez l'harmonie naturelle du cuir chevelu

Formation head spa niveau 2 (4 jours) ⚠ Niveau 1 obligatoire — 2000€

Élevez votre art du Head Spa botanique à un niveau d'excellence. Approfondissez chaque geste, maîtrisez des techniques avancées de massage crânien, explorez les bienfaits subtils des plantes, élixirs floraux et cristaux énergétiques. Cette formation immersive vous permet d'affiner votre toucher et de créer des rituels sur mesure pour une expérience profondément holistique et transformatrice. Repoussez les limites du bien-être capillaire !

Réseaux sociaux

Gérer ses réseaux sociaux pour augmenter son chiffre d'affaires (1 jour) 350€

Découvrez tous les secrets des algorithmes des réseaux sociaux, profitez d'un maximum d'astuces pour des photos de professionnelle et des posts qui convertissent vos visiteurs en clients !

(Version à distance disponible)

Suivez-nous sur les réseaux sociaux

aftecsorguesnouvellepage

Les financements

MON COMPTE FORMATION

France Travail

FAFCEA

agefiph

AFTEC SORGUES

266 Av Louis Lépine - 84700 SORGUES

04 90 32 40 55

aftecsorgues@gmail.com

www.aftec-sorgues.com