

VERS UNE CARTE DE MODELAGES EXPRESS, ciblés et personnalisés

par Sophie MACHETEAU

Le modelage a commencé il y a peu une véritable révolution, à en juger par le succès grandissant des modelages express. Nos modes de vie ont en effet évolué et nous passons notre temps à courir après ce dernier. Accéder au bien-être en 15 à 20 minutes est la nouvelle manière d'y goûter à tout moment de la journée. Les cartes de modelage doivent évoluer pour proposer également des formats courts, ciblés et personnalisés pour répondre à toute les demandes et générer un C.A. satisfaisant.

**Le modelage
express est un
bon moyen
de fidéliser
vos clientes**

U

NE NOUVELLE VISION DU BIEN-ÊTRE

Pour propager tous ses effets, la pratique du modelage nécessite toujours un temps plus ou moins long, supérieur ou égal à 45 minutes. Bien évidemment, ce type de soin nécessite d'avoir un peu de temps devant soi.

Aujourd'hui, le bien-être doit faire partie intégrante de notre vie quotidienne, et, comme notre emploi du temps ne nous permet pas de recevoir un massage d'une heure tous les jours, des formats plus courts ont dû être imaginés. Car, même de courte durée, les massages profonds se révèlent efficaces contre le stress et la fatigue. Outre ses effets bénéfiques sur le corps, le massage influe profondément sur l'état psychique, car il est ressenti comme une marque d'attention qui provoque un extraordinaire sentiment de bien-être.

DES MODELAGES QUI SE DÉLOCALISENT

Le modelage n'est plus la chasse gardée des instituts et des spas. Dorénavant, ces soins se pratiquent dans de nombreux autres endroits, parfois très originaux, tels que le train, le bureau, le métro et des bars bien-être spécialisés ou des «wellness trucks».

Le nombre d'instituts et de masseurs ne cesse d'ailleurs d'augmenter. La Fédération Française de Massages Bien-Être a enregistré une hausse de 74 % des adhésions de praticiens entre 2009 et 2012 !

Le modelage en entreprise

Né dans les années 1980, ce concept a été inventé par le massothérapeute David Palmer, qui réalisa notamment au sein de l'entreprise Apple une expérience inédite dans les années 90 : des modelages amma sur des salariés lors de leur pause. Il les a ainsi fait asseoir sur une chaise et leur a prodigué le massage express. Grâce à ces «pauses massages», les employés se sont révélés performants, permettant ainsi de doubler le chiffre d'affaires de l'entreprise !

Au sein de l'entreprise, le modelage assis permet de réduire les différentes tensions, le stress et la fatigue des salariés, même si tous ces troubles n'ont pas uniquement une origine professionnelle. Il permet d'enrichir les pauses et de diminuer les coups de barre. Il valorise l'image de l'entreprise et participe à la motivation des équipes.

Les avantages du modelage express

Outre sa courte durée, son principal atout, le modelage express présente l'avantage de :

- faire découvrir une palette étendue de différents modelages d'une partie du corps et ainsi de susciter la curiosité de vos clientes, pour les conduire, pourquoi pas, vers d'autres soins plus longs, lorsqu'elles disposent de davantage de temps,
- faire dépenser moins d'argent à chaque fois (10 à 15 euros les 15 minutes) et donc d'inciter davantage la cliente à réitérer le soin, en prenant par exemple des cartes d'abonnement. Cela vous permet donc de fidéliser votre clientèle et d'avoir une idée plus précise de vos rentrées d'argent,
- obtenir des résultats en quelques minutes en stimulant les terminaisons nerveuses susceptibles de rééquilibrer les énergies du corps et de produire ainsi des endorphines, les molécules du plaisir. De cette façon, votre cliente ressortira détendue et relaxée de votre institut, mais aussi revigorée et

Le modelage express :



Doc. Mariésacha

l'idéal pour la cliente pressée !

139

prête à reprendre ses activités,

- diminuer le stress et la nervosité de vos clientes, et ce, en quelques minutes,
- créer une dynamique au sein de votre institut en proposant une communication adaptée auprès d'entreprises domiciliées près de votre institut par exemple,
- diversifier votre clientèle en suscitant la curiosité d'une autre typologie de consommatrices,
- se faire sans rendez-vous, permettant ainsi une plus grande flexibilité pour votre clientèle.

LES MODELAGES EXPRESS LES PLUS PRISÉS

Pour être de courte durée, les modelages express se présentent généralement sous forme de soins très ciblés sur une partie du corps. Voici un aperçu des modelages express qui séduisent le plus :

Le amma

Le amma repose sur les principes des médecines japonaise et chinoise et s'appuie sur la circulation d'énergie au travers des méridiens. Il emploie différentes techniques manuelles visant à stimuler les systèmes nerveux et circulatoires afin d'améliorer le flux et la répartition des fluides dans le corps (sang, lymphe, énergie...).

Il favorise ainsi l'élimination des toxines et des blocages énergétiques et permet de se sentir plus disponible et revitalisé, même sur une courte durée (en général 15 minutes). Il présente le grand avantage de se pratiquer habillé, donc sans huile de massage.

L'esthéticienne commence généralement par quelques pressions sur la tête et la nuque, puis descend ensuite aux épaules avec des pressions intenses nécessaires pour dénouer certaines pressions concentrées sur cette zone. Vient ensuite le modelage du dos, avec des pressions et katas (enchaînement de mouvements doux inspirés des arts martiaux) pratiqués avec les avant-bras ou les coudes. →

Grâce aux «pauses massages» en entreprise, les employés sont plus performants

Les mouvements se répètent des deux côtés de la colonne vertébrale et sur les bras, les mains et les doigts.

Le modelage du cuir chevelu

C'est l'un des modelages express qui séduit le plus avec le massage assis. Il faut dire qu'une séance ne dure pas plus de 20 minutes, est très agréable et se révèle très efficace pour un lâcher-prise immédiat et pour libérer les tensions.

La courte durée du massage et son efficacité dans la lutte contre le stress en font un massage idéal pour faire une pause bien-être au cours d'une journée de travail, sur le temps du déjeuner ou entre deux réunions. Le massage crânien est très pratique lorsque la cliente désire se détendre et que l'on dispose de peu de temps puisqu'il se pratique sans huile et que le massé peut rester habillé.

Cerise sur le gâteau, il participe à la beauté des cheveux, en activant la micro-circulation.

Le massage du cuir chevelu peut être effectué à l'aide d'un masseur tête (une sorte d'araignée géante). Cela permet de travailler sur les méridiens et les tsubos (ces points vitaux placés sur les méridiens) du cuir chevelu. En effectuant des allers et retours verticaux tout en faisant tourner le masseur sur lui-même, on stimule l'ensemble des zones du cuir chevelu et on dénoue les tensions du haut du corps.

Le modelage des pieds

Les pieds regroupent, à eux seuls, près du quart du nombre des os du corps et, à chaque pas, ils absorbent une charge égale à trois fois le poids du corps. Sans compter le piétinement qui leur est infligé quotidiennement, tout particulièrement en talons.

Le modelage des pieds soulage l'ensemble du corps au fur et à mesure de son déroulé, apaise l'esprit tout en offrant une sensation de légèreté générale. Il peut être pratiqué à sec ou avec une huile adaptée.

Le modelage du dos express

Il dénoue les tensions accumulées et libère les douleurs dorsales pour accéder à un bien-être général. D'une courte durée, le massage du dos apporte néanmoins une relaxation propice au laisser-aller.

Le modelage des mains

Non seulement les mains trahissent plus rapidement l'âge que le visage, mais elles sont mises à rude épreuve tout au

long de la journée. Effectuer un massage profond des mains, avec ou sans crème, permet d'optimiser la communication immédiate entre les récepteurs du toucher situés à la surface de la peau et les cellules profondes de l'épiderme. Prolongé jusqu'aux avant-bras, ce modelage apporte une détente rapide et des effets immédiats comme l'assouplissement des articulations, la relaxation des muscles souvent tendus, et l'évacuation du stress qui se feront sentir dans tout le corps.

Le modelage du contour des yeux

Les yeux sont également mis à rude épreuve, tout particulièrement lorsque l'on passe la journée devant un écran. Ils sont par ailleurs très exposés au vieillissement du fait de leur physiologie. La peau y est plus fine, plus pauvre en graisse et plus lâche que sur le reste du visage. Elle est soumise aux 10 000 battements de paupières quotidiens nécessaires à l'hydratation de l'œil. Cela favorise la formation de rides précoces dès 30 ans. Le modelage de cette zone sensible alterne généralement massage manuel (pressions douces et vibrations) et application de soins ciblés. Ce modelage permet de drainer les vaisseaux lymphatiques et sanguins et de reposer le regard.

Le modelage du ventre

Le modelage du ventre, qualifié de «second cerveau» dans la médecine chinoise est moins connu mais tout aussi intéressant. Cette partie du corps est en effet le siège des émotions et les humeurs (liquide lymphatique, sucs digestifs...) y circulent plus ou moins bien.

Très polyvalent, un modelage express du ventre permet d'éliminer stress, douleurs abdominales, mauvaise digestion ou cellulite...

Il se déroule généralement en cinq étapes, du simple effleurement du bout des doigts, de façon circulaire, à la plus forte pression, en partant du thorax au bas du ventre. C'est un modelage qui exige du savoir-faire car les organes vitaux sont sollicités. Il peut être particulièrement efficace pour éliminer la formation de cellulite et atténuer l'effet peau d'orange.

Chacun de ces modelages peut être entièrement personnalisé, avec notamment l'utilisation d'huiles essentielles adaptées pour répondre au plus près à la demande de votre clientèle. N'hésitez pas à effectuer un diagnostic beauté très court en guise de préambule du soin express.

C **ONCLUSION**
Proposer des modelages express semble donc une excellente manière de remplir votre carnet de réservation et d'approcher une nouvelle clientèle indispensable pour atteindre vos objectifs de C.A. mensuels. Cela vous permettra par ailleurs de montrer que vous pouvez faire preuve de dynamisme commercial et d'originalité. Une manière efficace de ne pas vous laisser devancer par la concurrence. 