FORMATION PRO

PRO HEADSPA

DÔME SAUNA ULTRA INFRAROUGE

Origines · Science · Business · Protocoles · Sécurité

Tout ce qu'il faut savoir pour démarrer avec confiance

- Origine
- Business
- Installation
- Sécurité
- Protocoles
- Tarification

© Formation Pro Dôme Sauna Ultra

AU PROGRAMME

1

Origines & Science

FIR, pierres, preuves scientifiques

2

Business & Rentabilité

ROI, Ritual Simultané, cures

3

Installation & Hygiène

Espace, montage, entretien

4

Sécurité & Contre-indications

CI absolues, questionnaire, urgences

5

Parcours Client

Diagnostic, accueil, fidélisation

6

Protocoles Phares

Détox, minceur, stress

7

Séance Complète

Minute par minute

8

Tarification & Pitch

Cures, grilles de prix, objections

Des bains de sable japonais à la haute technologie infrarouge

300 ans

Suna Ryoho & Ganbanyoku

Bains de sable volcanique à Ibusuki, Japon

1965

Brevet IR

Dr. Ishikawa brevète le chauffage infrarouge

1980s

NASA

Étude FIR pour maintenir la santé des astronautes

2000

Head Spa au Japon

Le Head spa se democratize dans les salons japonais

Script : *"Cette technologie reproduit une tradition japonaise vieille de plus de 300 ans. À Ibusuki, les gens s'enterrent dans le sable volcanique chaud depuis l'époque des samouraïs — la tête dehors, exactement comme dans notre dôme."*

Marché mondial 2024 : 327 M$ → 721 M$ d'ici 2035 (+7,4%/an)

52% de la croissance boostée par la prise de conscience santé post-COVID

ENTRE TRADITIONS ET MODERNITÉ

SUNA RYOHO
砂療法

Bain de sable chaud



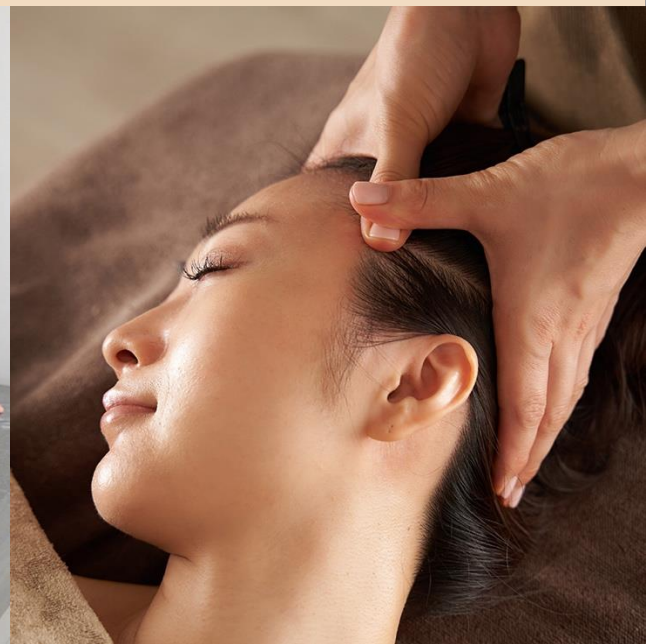
GANBANYOKU
岩盤浴

Thérapie via pierres chaudes



HEAD SPA
ヘッドスパ

Soin holistique



LA TECHNOLOGIE INFRAROUGE & LES PIERRES

INFRAROUGES LONGS (FIR)

Longueur d'onde : 5-14 micromètres
Pénétration mesurée : (J. Applied Physiology 2025)

- Peau : +6,2°C
- Muscle à 1,4 cm : +3,0°C
- Muscle à 2,4 cm : +1,9°C

Diffusion ensuite via la circulation sanguine

JADE

Vecteur de chaleur. Diffusion douce & uniforme. Utilisé en Asie depuis 7 000 ans.

PIERRE BIAN

Formée par météorite il y a 65M d'années. Émet FIR + micro-ultrasons.

TOURMALINE

Pyroélectrique. Génère micro-courant + ions négatifs quand chauffée.

GERMANIUM

Semi-conducteur. Effets thérapeutiques en contact cutané (données limitées).

SAUNA FINLANDAIS vs DÔME INFRAROUGE

Critère	Sauna Finlandais	Dôme Infrarouge
Température	70-110°C	25-90°C
Tête	Dans la cabine	DEHORS ✓
Chauffage	Convection (air)	Rayonnement direct
Durée séance	10-20 min	30-45 min
Conso élec.	3 500-8 000W	1 000-2 000W

SCIENCE : CE QUI EST PROUVÉ vs CE QUI EST FAUX

✅ CE QUE VOUS POUVEZ AFFIRMER

- +3°C dans le muscle mesuré (J. Applied Physiology 2025)
- Sudation abondante : ~0,5L/heure en moyenne
- Traces de métaux lourds dans la sueur (Genuis et al.)
- Effet cardiovasculaire réel (rythme cardiaque accéléré)
- Waon Therapy : bénéfices chez les insuffisants cardiaques
- Dépense calorique réelle : 200-400 kcal/séance

❌ NE DITES JAMAIS

- "15-20% de toxines dans la sueur" (inventé — aucune étude)
- "La température interne monte à 39,5°C" (contredit en 2025)
- "600-800 kcal garanties" (max théorique, dites 200-400)
- "Le germanium oxygène vos cellules" (non prouvé)
- "Aucune contre-indication" (FAUX — fièvre, grossesse…)
- "Équivalent à une course de 20 km" (trompeur)

💡 **Le praticien qui dit la vérité retient ses clients 3 ans. Celui qui exagère les retient 3 mois.**

Le Dôme : un investissement à très haute marge

75-90%
Marge brute par séance

> 1 mois
Délai de rentabilisation

3 500€
Investissement départ moyen

x3
CA vs. dôme seul (Ritual)

LES 3 MODÈLES ÉCONOMIQUES

DÉMARRAGE

1. DÔME SEUL

CA : 30-50€/séance

30€ marge

INTERMÉDIAIRE

2. COMBINÉ (séquentiel)

CA : 80-150€/soin

65€ marge

GAME CHANGER

3. RITUAL SIMULTANÉ ⭐

CA : 110-180€/soin

110€ marge

LE RITUAL SIMULTANÉ — VOTRE DIFFÉRENCIATEUR ABSOLU

Corps dans le DÔME + **Tête en HEAD SPA** = **1+1=5 Expérience unique**

EFFET PHYSIOLOGIQUE

- → Muscles détendus par la chaleur en temps réel
- → Cuir chevelu irrigué par la vasodilatation
- → Lâcher-prise total dès le début
- → Actifs capillaires mieux absorbés

AVANTAGE COMMERCIAL

- ✓ **Même durée qu'un Head Spa classique**
- ✓ **Prix justifiable : 110-180€**
- ✓ Concurrence : 0 (personne ne le fait)
- ✓ Bouche-à-oreille garanti

COMPARAISON CA ANNUEL (praticien solo, 7 clients/jour)

	Dôme seul	Head Spa seul	Ritual Simultané
Prix moyen	40€	75€	125€
Marge/séance	32€	65€	110€
CA mensuel	6 160€	11 550€	19 250€

Espace requis & Check-lists quotidiennes

ESPACE MINIMUM

Surface totale	8-10 m² minimum / 12-15 m² idéal
Prise électrique	220V, 16A dédié — PAS de multiprise
Ventilation	Fenêtre ou VMC obligatoire
Sol	Carrelage ou vinyle — PAS de moquette L'idéal, une table Head spa adaptée = combo gagnant
Temp. ambiante	22-25°C (prévoir chauffage d'appoint)

CHECK-LIST OUVERTURE (5 min)

- □ Dôme en préchauffage 5-10 mins avant
- □ Drap propre + coussin en place
- □ Eau et tisane prêts
- □ Musique + éclairage tamisé
- □ Téléphone en silencieux

PROTOCOLE HYGIÈNE — ENTRE CHAQUE CLIENT

1. Retirer le drap usagé → bac linge / poubelle
2. Spray désinfectant sur matelas + microfibre
3. Essuyer intérieur des dômes (condensation)
4. Vérifier le sol autour (gouttes de sueur)
5. Poser drap propre + repositionner coussin
6. Aérer 2-3 min (fenêtre ou VMC)
7. Serviette + eau préparées pour le suivant

❌ **ERREURS FATALES :** *Réutiliser un drap entre 2 clients · Ne pas désinfecter · Ca chauffe fort = ca sterilise — NON.*

Le module le plus important de toute la formation

CONTRE-INDICATIONS ABSOLUES

- ✕ Fièvre active (>37,5°C)
- ✕ Grossesse (tout trimestre)
- ✕ Pathologie cardiaque NON stabilisée
- ✕ Pacemaker / Défibrillateur implanté
- ✕ Alcool ou drogues actifs
- ✕ Plaies ouvertes / brûlures récentes
- ✕ Moins de 16 ans sans accord parental

CONTRE-INDICATIONS RELATIVES

- ⚠ Hypertension sévère / hypotension
- ⚠ Diabète insulinodépendant
- ⚠ Épilepsie (avis neurologue)
- ⚠ Sclérose en plaques (avis médical)
- ⚠ Eczéma/psoriasis en poussée
- ⚠ Médicaments : bêtabloquants, diurétiques
- ⚠ Personnes âgées (80+) — adapter

PROTOCOLE D'URGENCE : OUVRIR → PROTÉGER → APPELER LE 15

1. OUVRIR les dômes immédiatement
2. PROTÉGER : position de sécurité, air frais
3. APPELER le 15 si malaise > 2-3 min

Le questionnaire de santé signé est votre protection juridique. Sans lui, vous êtes présumé responsable.

MODULE 05 — LE PARCOURS CLIENT EN 6 ÉTAPES

1 — 5-15 min

DIAGNOSTIC

Questionnaire santé · Objectif client · Tolérance chaleur · Mesures si minceur

2 — 3-5 min

ACCUEIL

Tisane préparée · Appel par le prénom · Visite de l'espace · Présentation des pierres

3 — 3-5 min

PRÉPARATION

Hydratation 250-500 ml obligatoire · Retrait bijoux · Tenue adaptée

4 — 2-3 min

INSTALLATION

Dôme préchauffé · Fermeture délicate · Briefing de démarrage

5 — 30-45 min

PENDANT LE SOIN

Évitez les sources de distraction · Toujours garder un oeil si prestation dôme uniquement.

6 — 5-15 min

APRÈS LE SOIN

Lever progressif · Hydratation 500 ml · Conseils post-séance · Proposition de cure. Pas de douche avant 15 mins au moins.

💡 **Message de suivi J+1 : augmente la rétention de 40-50%. 30 secondes. Ne l'oubliez jamais.**

💧 DÉTOX

🌡 **55-70°C**

⏱ 35-45 min

📅 2×/semaine, 4-5 semaines

- Stimule la sudation active
- Voie d'élimination complémentaire
- Tisane drainante avant + après
- NE PAS doucher les 15 min post-séance

💡 80% du travail se fait ENTRE les séances : eau, légumes, pas d'alcool, marche.

⚡ AMINCISSEMENT

🌡 **60-75°C**

⏱ 40-45 min

📅 2-3×/semaine, 5-10 semaines

- 200-400 kcal/séance (thermogenèse)
- Réduit la rétention d'eau
- Prendre les mesures au début/fin
- Efficace combiné drainage/palper-rouler

💡 Le dôme ne fait pas fondre la graisse. C'est un accélérateur, pas un miracle.

🧠 ANTI-STRESS

🌡 **35-50°C (BASSE)**

⏱ 30-40 min

📅 1-2×/semaine, continu

- Active le système parasympathique
- Ambiance = aussi importante que la T°
- Silence du praticien pendant le soin
- Idéal en fin de journée, 2h avant coucher

💡 Technique de respiration : 4s inspiration · 4s pause · 6s expiration. Enseigner au client.

Dans tous les protocoles : combiner dôme + hygiène de vie = résultats x5 vs dôme seul

MODULE 07 — DÉROULÉ D'UNE SÉANCE COMPLÈTE

Nouveau client, objectif détox/bien-être — durée totale : 70 min

T-15 Avant l'arrivée	Dôme en préchauffage · Tisane en infusion · Musique + diffuseur · Questionnaire prêt
T+0 Accueil	Bonjour par le prénom · Tisane · Explication de l'appareil · Toucher les pierres
T+3 Questionnaire	Remplir ensemble à voix haute (jamais seul) · Signature · Créer la confiance
T+12 Installation	Ventre · Coussin · Fermeture · Briefing : "à tout moment, dites-le moi"
T+27 Retournement ✦	"Marie, retournez-vous…" · Eau proposée · La transpiration arrive maintenant
T+52 Fin + repos	Ouverture douce · Lever progressif · 250-500 ml d'eau minéralisée · 5-10 min de repos
T+60 Conseils + vente	Post-séance · Proposition de cure · Planifier le prochain RDV
T+24h Message J+1	"Comment vous sentez-vous ?" — 30 secondes qui font toute la différence

3 phases client : ① 0-15 min « Bain de soleil » (peu de sudation, normal) ② 15-30 min « Activation » (transpiration monte) ③ 30-45 min « Plateau » (sudation abondante, lâcher-prise)

MODULE 08 — TARIFICATION, CURES & PITCH CLIENT

POURQUOI LA CURE — LOGIQUE PHYSIOLOGIQUE

S1-2	S3-4	S5-8	S9-20
Corps découvre le stimulus. Sudation faible.	Corps s'adapte. Sudation augmente.	Résultats visibles : teint, sommeil, énergie.	Consolidation. Habitude créée.

GRILLE TARIFAIRE (Province / Paris)

Formule	Séances	Province	Paris
Découverte	1	30-40€	35-50€
Cure 5 séances	5	140-190€	170-240€
Cure 10 séances	10	260-360€	320-460€
Cure 20 séances	20	500-700€	600-850€
Abonnement/mois	4/mois	100-140€	120-180€

RÉPONSES AUX OBJECTIONS

"C'est trop cher"

Comparez : spa classique = 80-120€. Ici, soin personnalisé avec suivi + résultats mesurables.

"Je ne transpire pas"

Normal à la 1ère séance. Le corps apprend. Dès la 2ème-3ème, la sudation s'active fortement.

"Je suis claustrophobe"

La tête reste dehors. Vous voyez la pièce, vous me parlez. On démarre à 35°C. Vous êtes le patron.

LES 3 RÈGLES D'OR DE LA TARIFICATION

1. Ne jamais brader la découverte — max -15%. Offrez un BONUS plutôt qu'une réduction.
2. Toujours proposer le palier supérieur — la cure de 10 donne de meilleurs résultats que la cure de 5.
3. Nommer vos offres — "Cure Transformation Détox" > "10 séances". Créez une carte de soins qui raconte une histoire.

LES 8 POINTS CLÉS

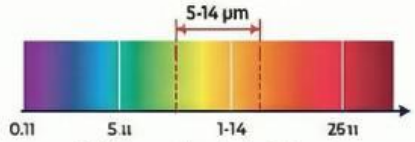
1. Le Dôme reproduit le Suna Ryoho japonais — tradition + FIR = technologie crédible
2. Science honnête : +3°C dans le muscle mesuré. Dites 200-400 kcal, pas 800.
3. Marge 75-90% — rentabilisé en moins d'un mois à 3 500€ d'investissement
4. Le Ritual Simultané (dôme + Head Spa en même temps) = exclusivité absolue, CA x3
5. Hygiène non négociable : drap propre + désinfection entre chaque client
6. Sécurité d'abord : questionnaire signé + 3 questions orales à chaque visite
7. La cure > la séance unique : résultats physiologiques réels à partir de S5
8. Message J+1 + honnêteté = fidélisation sur 3 ans, pas 3 mois

La science réelle du Dôme Sauna Ultra est déjà impressionnante. Vous n'avez pas besoin de l'embellir.

Le Dôme Sauna Infrarouge : L'Alliance de la Tradition Japonaise et de la Science Moderne

Technologie et Science du Rayonnement

Infrarouges Longs (FIR) & "Rayons Vitaux"



Utilise une bande de 5-14 µm correspondant à la fréquence d'émission naturelle du corps humain.



Pénétration Musculaire Mesurée



Augmentation de +3,0°C mesurée à 1,4 cm de profondeur dans le tissu musculaire (JAP 2025).

Synergie des 3 Pierres Minérales



JADE :	PIERRE BIAN :	TOURMALINE :
chaleur stable	ultrasons	ions négatifs

Le Jade, la pierre Bian et la Tourmaline ampiifient le soin.

Performance, Protocoles et Business

Dôme vs Sauna Traditionnel

	Sauna Traditionnel	Dôme Sauna Infrarouge
Température Air	70 - 110°C	25 - 90°C (ajustable)
Position Tête	Position (air chaud)	À l'extérieur (air ambiant)
Mode de Chauffe	Convection (air chaud)	Rayonnement (infrarouge direct)

Tête à l'extérieur, chaleur par rayonnement direct et consommation électrique divisée par quatre.

Une Rentabilité Record de



Un investissement amorti en 3 à 6 mois avec un coût de fonctionnement dérisoire.

Le "Ritual Simultané" (1+1 = 5)



Combiner le dême et le Head Spa pour tripler le chiffre d'affaires par créneau.

PRO HEADSPA

