PROGRAMME DÉTAILLÉ DE LA FORMATION

La coupe de A à Z

Maîtrise de la coupe et du barbering

Formation professionnelle continue - FOAD, 100 % à distance

44 heures	499 € / 649 €	3 mois	À distance
durée totale estimée du parcours	TTC, accès 1 an / accès à vie, exonéré de TVA	durée de la formation · accès 1 an ou à vie	plateforme Hone Academy

1 · PUBLIC VISÉ & PRÉREQUIS

Public visé	Tout professionnel ou passionné de la coiffure ou du barbering, salarié ou indépendant, souhaitant structurer ou approfondir ses techniques de coupe et de barbering.
Prérequis	Aucun prérequis : formation ouverte à tous, débutants compris. Positionnement par le questionnaire de préinscription.
Niveau attendu à l'entrée	De débutant à expert. Aucun diplôme spécifique n'est exigé. Le questionnaire de positionnement précise le niveau de départ avant le démarrage.
Matériel professionnel requis	Ciseaux, peigne, tondeuse de coupe, tondeuse de finition, shaver avec sabots. Le matériel n'est pas fourni par l'organisme.
Équipement numérique	Smartphone ou ordinateur avec caméra, connexion internet stable, navigateur récent. Aucune installation logicielle n'est requise.
Modèle pour les travaux pratiques	Modèle humain recommandé, tête malléable acceptée. Le modèle est trouvé par le stagiaire.

2 · OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

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

- Analyser la morphologie du crâne et l'implantation naturelle des cheveux pour planifier une coupe adaptée
- Maîtriser les principes fondamentaux de la géométrie dans l'espace appliqués à la coupe (formes rondes, carrées, triangulaires dans les axes vertical et horizontal)
- Réaliser les principales techniques de dégradé (taper low/mid/high, fade, burst fade, drop fade, extended fade) avec précision et régularité
- Construire des coupes structurées sur tous types de cheveux (raides, ondulés, bouclés) en adaptant les techniques au comportement du cheveu
- Appliquer une méthodologie de travail rigoureuse : séparations, mèches guides, symétrie, vérifications croisées
- Développer une autonomie créative : recherche de références, planification, auto-évaluation de ses réalisations
- Produire du contenu professionnel autour de son travail (filmage, montage, publication)
- Établir un diagnostic capillaire pour identifier les besoins du client et proposer une réponse technique adaptée

- Optimiser sa posture et son ergonomie de travail (tenue des ciseaux et du peigne, positionnement du corps)
- Maîtriser les techniques de coiffage et de finition pour sublimer la structure de la coupe et délivrer un résultat professionnel complet

3 · CONTENU DE LA PRESTATION

Le parcours associe 29 leçons vidéo réparties en 6 chapitres (environ 11 h 45 de contenu), 12 travaux pratiques proposés dont 9 attendus pour un parcours complet et 6 questionnaires de validation, avec une correction écrite de chaque travail pratique par le formateur.

CHAPITRE	CONTENU	VOLUME
1 · Les fondamentaux	Présentation du matériel · prise en mains des ciseaux et du peigne · base des séparations · importance de la tension · couper avec contrôle · géométrie dans l'espace.	6 leçons · ~1h23
2 · Masterclass niveau 1 : les essentiels	Warrior Cut (graduation + texture) · Mid Length Push Back (square layers + low taper) · Textured Fringe (graduation + mid taper) · French Crop (extended fade).	4 leçons · ~1h40
3 · Masterclass niveau 2 : formes & structure	Curly Mullet (round shape + high taper) · Wavy Middle Part (cross graduation + mid taper) · Crop Mullet (triangular shape + high taper) · Quiff Burst Fade (graduation + high fade).	4 leçons · ~1h46
4 · Masterclass niveau 3 : techniques avancées	Textured Burst Fade (messy fringe + round shape) · Mod Cut (pivoting layers + round shape) · High Drop Fade (textured top + round shape) · Creative Mullet (concave shape + mid burst).	4 leçons · ~1h56
5 · Diagnostic	Introduction au diagnostic capillaire · cas 1 : cheveux plats et raides · cas 2 : manque de densité · cas 3 : restructurer une coupe.	4 leçons · ~2h13
6 · Création de contenu	Introduction · stratégie de communication · matériel · hook et écriture du script · tournage · montage · publication.	7 leçons · ~2h47

Chaque chapitre se termine par un questionnaire de validation. Chaque leçon de Masterclass donne lieu à un travail pratique : plan de coupe, réalisation sur modèle, filmage, compte-rendu et auto-évaluation.

4 · DURÉE ET ORGANISATION DU PARCOURS

COMPOSANTE	DÉTAIL	DURÉE
Vidéos	~11h45 de contenu × 1,5 (pauses, relectures, prises de notes)	17h30
Travaux pratiques	12 TP × 2h : visionnage, réalisation, filmage, compte-rendu	24h
Questionnaires de validation	6 questionnaires × 15 min	1h30
Ressources PDF	3 guides (géométrie + dégradé + diagnostic) - lecture et analyse	30 min
Prise en main plateforme	Profil, photo, réalisations, navigation	15 min
Questionnaire de préinscription	Positionnement pédagogique initial	15 min
Total		**44h**

Rythme conseillé	44 h sur 3 mois - 4 travaux pratiques par mois (un par semaine), sans rythme imposé.
Horaires	Formation asynchrone : le stagiaire organise librement son temps de travail.
Début de la formation	La formation débute à la date d'activation de l'accès à la plateforme et dure 3 mois (dates de début et de fin indiquées dans la convention). Cette date sert de point de départ à la durée d'accès et à l'ensemble des délais du parcours.
Durée d'accès	Selon l'offre choisie : 1 an à compter de l'activation de l'accès (Accès 1 an) ou accès maintenu tant que la plateforme Hone Academy est exploitée par l'organisme (Accès à vie), sans limitation du nombre de visionnages. Au-delà des 3 mois de formation, l'accès au contenu est conservé (1 an à compter de l'activation de l'accès, ou à vie selon l'offre choisie). Cet accès complémentaire est hors action de formation, sans suivi ni relance.
Déblocage des contenus	Progressif, selon l'avancée individuelle : les chapitres Fondamentaux et Création de contenu sont accessibles dès le départ ; chaque niveau de Masterclass se débloque après réussite du questionnaire du niveau précédent ; le chapitre Diagnostic se débloque après le Niveau 3.

5 · MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

L'inscription se déroule en quatre étapes :

1. Préinscription en ligne sur formation.tomlemat.fr : tu choisis ton offre (Accès 1 an ou Accès à vie) et tu remplis directement le questionnaire de préinscription et de positionnement.
2. Analyse de ton questionnaire : je vérifie que la formation correspond à ton profil et à tes objectifs, et je reviens vers toi si besoin.
3. Établissement et signature de la convention de formation professionnelle, avec le choix de l'offre (Accès 1 an ou Accès à vie). En cas de demande de financement (OPCO notamment), constitution du dossier de prise en charge en amont.

4. Règlement de la totalité du prix, en une fois, puis ouverture de l'accès à la plateforme. Il n'y a pas de subrogation de paiement : en cas de financement, le remboursement est sollicité par le stagiaire auprès de son financeur à l'issue de la formation.

Délai d'accès	Accès ouvert **dès réception du règlement**, après signature de la convention et analyse du questionnaire de préinscription. Entrée possible toute l'année, sans session à date fixe.
Effectif	Parcours individuel : aucun effectif minimum ni maximum. Le suivi est personnalisé pour chaque stagiaire.
Lieu	Formation à distance sur la plateforme Hone Academy. Les travaux pratiques sont réalisés sur le lieu de travail ou le lieu de pratique du stagiaire.
Droit de rétractation	Pour une inscription souscrite à titre de particulier, délai légal de 14 jours calendaires à compter de la signature de la convention. Tant qu'aucun log d'utilisation n'est enregistré sur la plateforme, ce droit reste entier et le remboursement est intégral. Il s'éteint dès le premier accès aux contenus, y compris le visionnage partiel d'une vidéo, le stagiaire ayant expressément demandé l'exécution immédiate et reconnu cette renonciation avant l'activation de son accès.

6 · TARIFS

Prix par stagiaire	**Accès 1 an : 499 € TTC · Accès à vie : 649 € TTC**
Deux offres	Le contenu et l'accompagnement de la formation sont identiques dans les deux offres. Seule la durée d'accès au contenu change : 1 an à compter de l'activation de l'accès (Accès 1 an) ou accès maintenu tant que la plateforme Hone Academy est exploitée par l'organisme (Accès à vie).
Régime de TVA	Exonéré de TVA au titre de l'article 261-4-4° du Code général des impôts. Aucune taxe supplémentaire ne s'ajoute au prix indiqué.
Compris dans le tarif	L'accès à l'intégralité des 29 leçons selon l'offre choisie, les 3 guides PDF, la correction des travaux pratiques, le suivi par messagerie pendant les 3 mois de formation et l'attestation de fin de formation.
Non compris	Le matériel professionnel de coupe, l'équipement numérique et la recherche des modèles pour les travaux pratiques.
Moyens de paiement	Carte bancaire (paiement en ligne) ou virement, en une fois, avant l'ouverture de l'accès. En cas de retard de paiement, pénalités au taux légal en vigueur (art. L.441-10 du Code de commerce).
Financement	Formation potentiellement finançable (OPCO notamment), sous réserve d'acceptation du dossier par le financeur : elle est dispensée par un organisme certifié Qualiopi au titre des actions de formation. **Pas de subrogation de paiement** : le stagiaire règle la totalité, puis sollicite lui-même le remboursement auprès de son financeur à l'issue de la formation. **L'accord de prise en charge doit être obtenu et transmis avant l'activation de l'accès à la plateforme** : à défaut, aucun remboursement ne peut être sollicité et la totalité du prix reste à charge. Contacte-moi en amont de l'inscription pour la constitution du dossier.

Deux situations de financement

SITUATION	À RÉGLER AVANT LE DÉMARRAGE	À L'ISSUE DE LA FORMATION
Sans financement	Totalité du prix de l'offre choisie (499 € TTC ou 649 € TTC), en une fois, par carte bancaire ou par virement, avant l'ouverture de l'accès à la plateforme.	Rien à régler.
Avec financement (OPCO notamment)	Totalité du prix de l'offre choisie, avant l'ouverture de l'accès. **Pas de subrogation de paiement.** Le stagiaire sollicite ensuite lui-même le remboursement auprès de son financeur, à l'issue de la formation, sur présentation de l'attestation de fin de formation et du certificat de réalisation.	Remboursement versé au stagiaire par son organisme financeur, sous réserve d'acceptation du dossier.

7 · MÉTHODES MOBILISÉES

- 29 leçons vidéo en streaming, décomposées geste par geste, visionnables sans limite pendant toute la durée d'accès (1 an ou à vie selon l'offre)
- 3 guides PDF téléchargeables : géométrie dans l'espace, techniques de dégradé, diagnostic capillaire
- Travaux pratiques en conditions réelles sur modèle, filmés et soumis sur la plateforme
- Correction individualisée de chaque travail pratique par le formateur, sur grille critériée, sous 14 jours ouvrés
- Espace communautaire de questions-réponses et messagerie directe au formateur, réponse sous 7 jours ouvrés maximum
- Suivi actif : suivi de l'activité sur la plateforme pendant les 3 mois de formation et relance en cas d'inactivité. Les échanges sont archivés comme preuve de suivi
- Relances : notification automatique tous les 10 jours sans activité ; e-mail personnel du formateur au bout d'1 mois si le stagiaire ne s'est jamais connecté. Relances uniquement pendant les 3 mois de formation

8 · MODALITÉS D'ÉVALUATION

L'évaluation est formative et continue tout au long du parcours. Elle repose sur les questionnaires de validation de chapitre et sur la correction individualisée des travaux pratiques, tracée sur une grille critériée de 11 critères notés de 0 à 3, soit 33 points. Aucune épreuve finale notée n'est organisée.

Positionnement initial	Questionnaire de préinscription et de positionnement pédagogique (15 min), complété avant le démarrage.
Validation de chapitre	6 questionnaires de validation, un par chapitre (15 min chacun). La réussite des questionnaires de Masterclass conditionne l'accès au niveau suivant.
Évaluation formative continue	Correction de chaque travail pratique sur grille critériée : analyse et plan de coupe, séparations et mèches guides, angles et élévation, régularité du dégradé, symétrie, finitions, coiffage, autonomie. Retour écrit personnalisé du formateur sous 14 jours ouvrés.
Niveau de sortie	Trois niveaux possibles : acquis · acquis avec axes de progression · en cours d'acquisition.
Traçabilité	Le suivi d'exécution est établi par les données de connexion et d'activité de la plateforme (leçons visionnées, questionnaires complétés, travaux pratiques soumis), horodatées et conservées par l'organisme. Ces données constituent la preuve de présence électronique, conformément à l'article D.6313-3-1 du Code du travail.
Fin de formation	Questionnaire de fin de formation, envoyé à tous les stagiaires à la fin des 3 mois de formation.
Document délivré	L'attestation de fin de formation est délivrée à l'issue des 3 mois de formation, à tous les stagiaires. Elle mentionne les objectifs, la nature et la durée de la formation réellement réalisée, calculée sur les seules activités accomplies, ainsi que les résultats des évaluations (questionnaires et travaux pratiques), avec la mention « non évalué » pour ce qui n'a pas été rendu. Elle n'atteste pas la réussite de la formation. Un certificat de réalisation l'accompagne.

9 · ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Cette formation est ouverte aux personnes en situation de handicap. Si tu es concerné, contacte-moi avant ton inscription (je suis aussi le référent handicap) : j'étudierai avec toi les adaptations possibles - rythme, supports, modalités de rendu des travaux pratiques ou d'évaluation - afin de te permettre de suivre la formation dans les meilleures conditions.

Le format à distance permet nativement une grande souplesse : rythme entièrement libre, visionnage illimité, supports PDF disponibles en complément des vidéos. Le sous-titrage des vidéos est en cours de déploiement.

Si les adaptations nécessaires dépassent mes moyens, je t'orienterai vers un acteur spécialisé de l'accompagnement à la formation des personnes en situation de handicap (Agefiph, Ressource Handicap Formation de ta région, ou organisme partenaire adapté à ta situation).

> **Référent handicap : Tom Le Mat**
> contact@tomlemat.fr - 06 52 30 33 89

10 · CONTACTS

Organisme de formation	**TOM LE MAT - 225 Rue Duguesclin, 69003 Lyon**
SIRET / NDA	101 617 827 00015 / 84692651469
Référent pédagogique et formateur	Tom Le Mat - contact@tomlemat.fr - 06 52 30 33 89
Référent handicap	Tom Le Mat - contact@tomlemat.fr - 06 52 30 33 89
Assistance technique	contact@tomlemat.fr - réponse sous 48 h ouvrées en cas de problème d'accès
Réclamations	Toute réclamation peut être adressée par écrit à contact@tomlemat.fr ou par courrier recommandé avec accusé de réception. Une réponse est apportée dans un délai de dix (10) jours ouvrés à compter de la réception, selon la procédure de traitement des réclamations de l'organisme.
Site web	formation.tomlemat.fr

Document mis à disposition du public préalablement à toute contractualisation · Version 2.4 · novembre 2026