



HAIR FIT ACADEMY

Video corsi
e formazione
dal vivo in aula

UN NUOVO SISTEMA DI APPRENDIMENTO FLESSIBILE E PERSONALIZZATO SULLE TUE ESIGENZE



TABELLA DI ALLENAMENTO HAIR FIT METODO TAGLIO START MODULO 1

Ciao!

Ti diamo il Benvenuto nel mondo di Trilab Academy.

Il primo step del tuo studio avverrà attraverso i nostri video corsi.

Inserisci nel sito: <https://academy.trilab.it/> , in alto a destra, dove trovi scritto: **“il mio account”**, la tua mail e la password che ti è stata inviata. **Attenzione! utilizza solo la password inviata dalla responsabile. Non utilizzare password provenienti da mail automatiche che potrebbero esserti recapitate e soprattutto non modificare mai la password all'interno del portale.**

Una volta entrato/a nel tuo account, a sinistra troverai una serie di voci.

Vai sulla voce: VIDEO

Una volta cliccato su VIDEO, sulla destra ti comparirà la scritta: HAIR FIT_METODO TAGLIO START MODULO 1. Clicca sulla scritta e ti compariranno i video che ti accompagneranno nella prima parte del tuo percorso.

Per non farti confusione te li caricheremo un pò alla volta, mano a mano che proseguirai nel tuo studio.

Ed eccoci qui. Siamo all'inizio del primo modulo. Se seguirai passo per passo tutte le indicazioni della nostra tabella di allenamento, potrai terminare il tuo percorso in modo facile e veloce.

Per le prime settimane di questo corso ci saranno tanti video da guardare e tante cose da fare per prepararti per i TEST DI ACCESSO per poter ENTRARE IN AULA. Vedrai che mano a mano che passeranno le settimane avrai meno video da guardare e più contenuti sui quali allenarti. Il tuo corso diventerà così sempre più pratico:-)



Prima di iniziare i tuoi video corsi ti consigliamo di munirti di:

- testina pronta da utilizzare sul suo supporto
- tutti gli strumenti di lavoro necessari (te li indichiamo qui sotto)
- un quaderno per gli appunti ed eventuali penne colorate a punta fina.

INIZIA A STUDIARE SEGUENDO QUESTO ORDINE MODULO 1

★Video introduttivi relativi alla terminologia del taglio e all'utilizzo dei principali strumenti. Si consiglia di guardare e provare i movimenti di questi video in questa fase, anche se alcune cose ancora non saranno molto chiare. Ti consiglio ad ogni modo di rivedere questa serie di video anche dopo aver guardato e provato i video "FORMA PIENA".

Ecco l'elenco dei video sui quali dovrai prepararti nel corso del modulo 1. Mi raccomando, guardali nel loro ordine per poter imparare al meglio.

Sarà necessario rivedere più volte alcuni video, ma qui sta il bello. Puoi vederli tutte le volte che vuoi.

Mi raccomando: in questi video dovrai provare i movimenti senza tagliare davvero i capelli.

Strumenti necessari:

- Un tavolo/scrivania;
- Il supporto per la testina;
- La testina numero 1
- Uno spruzzino, il pettine da taglio e la forbice;
- Un pettine per districare i capelli;
- Delle clips;

Ecco i video da seguire relativi a questo argomento:

- 1) L'UTILIZZO DELLA FORBICE
- 2) GLI STRUMENTI DA TAGLIO
- 3) LE SEPARAZIONI_I PUNTI DI RIFERIMENTO_IL PIANO DI LAVORO_LE AREE
- 4) DISTRIBUZIONI DEI CAPELLI E PROIEZIONI
- 5) ELEMENTI CRITICI RILEVANTI_LINEE E TECNICHE DI TAGLIO

★Video relativi all'esecuzione della prima forma di taglio

In questa serie di video potrete finalmente tagliare i capelli alla vostra testina.
Attenzione: tagliare solo 1 cm.

Strumenti necessari:

- Un tavolo/scrivania;
- Il supporto per la testina;
- La testina numero 1
- Uno spruzzino, il pettine da taglio e la forbice;
- Un pettine per districare i capelli;
- Delle clips;
- Phon e spazzola paddle;

Ecco i video da seguire relativi a questo argomento:

- 6) FORMA PIENA_PIANO DI LAVORO
- 7) FORMA PIENA_AREA ESTERNA
- 8) FORMA PIENA_AREA SUPERIORE



**RIPASSO PROGRAMMATO
AIUTA LA TUA MEMORIA!**

Complimenti! Hai terminato lo studio degli argomenti del primo modulo.
Ti diamo però una notizia. Non è ancora finita :-) :-(

Ebbene sì. Hai già fatto molto per il raggiungimento dei tuoi obiettivi, ma ora è giunto il momento di fare i conti con la tua memoria e con il tuo cervello.

Adesso ti sembra di avere appreso i contenuti e in parte è così. Solo che non sono ancora consolidati. **Le nuove informazioni sono presenti all'interno della tua memoria a breve termine.**

Come passarli nella cosiddetta memoria a lungo termine?



Per farlo devi seguire la tecnica dei **ripassi programmati**.

Funziona così:

STEP 1: Devi ripassare i contenuti che studierai in questo primo modulo entro 24 ore. Attenzione! 24 ore ... non di più...se lascerai passare più tempo i contenuti tenderanno a lasciare la tua mente.

STEP 2: Ripassa i contenuti studiati nel modulo 1, a distanza di circa 1 settimana.

STEP 3: Dovrai ripassare gli stessi contenuti a distanza di circa 1 mese.

In questo modo potrai fissarli nella tua testa per sempre:-)

Attenzione: i tempi non sono dati a caso; sono frutto di specifici studi.

Abbi fiducia e segui tutti i nostri consigli. Ti aiuteranno a portare tutte le informazioni acquisite nella **memoria a lungo termine**.

Per il primo modulo è tutto.

Ricorda che quando ti indicheremo di allenarti e provare, dovrai mettere in stop e provare, provare e riprovare.

Ogni qualvolta troverai delle difficoltà, non esitare. ANNOTALE NEL TUO QUADERNO e prosegui con gli allenamenti. Quando entrerai in aula potrai confrontarti con il tuo formatore e risolvere tutti i dubbi:-)

Ricorda sempre che il tuo allenamento sarà la chiave per avere accesso in aula superando i test di accesso previsti per ogni argomento.

Andiamo, però, un passo alla volta. Vedrai che i risultati non tarderanno ad arrivare. In bocca al lupo

Trilab Academy