

Cabinet Nouvel Horizon

GUIDE PRATIQUE PREMIUM

Créer une entreprise bien-être

Modèles d'entreprise bien-être, cadre réglementaire, budget, modèle économique, partenariats. Tout pour entreprendre dans le bien-être en 2026.



Édition 2026 · Document propriétaire

SOMMAIRE

Table des matières

- I. Le bien-être en pleine expansion**
- II. Cinq modèles d'entreprise bien-être**
- III. Le budget en détail**
- IV. La méthode pas à pas**
- V. Les erreurs à éviter**
- VI. Formalités et réglementation**
- VII. Notre accompagnement**

*Cabinet Nouvel Horizon — Cabinet d'accompagnement pour la création d'entreprises beauté, bien-être et sport.
+100 projets accompagnés. Premier rendez-vous offert.*

INTRODUCTION

Le bien-être en pleine expansion

Le marché du bien-être en France pèse plus de 2 milliards d'euros et croît de 7 à 10% par an. Au croisement de la beauté, de la santé et du développement personnel, c'est l'un des secteurs les plus dynamiques avec une diversité de concepts en explosion.

Entreprendre dans le bien-être offre une grande flexibilité : du cabinet solo à domicile au centre bien-être multi-praticiens, en passant par les spas, les centres de massage, les studios de yoga, les cabinets de naturopathie.

Ce guide vous présente les principaux modèles d'entreprise bien-être, leurs économies, leurs réglementations spécifiques.

À RETENIR

Le bon état d'esprit

Un projet entrepreneurial réussi tient à la rigueur de sa préparation, à la qualité du business plan, et à la solidité du pilotage opérationnel. Ce guide vous donne les clés. L'accompagnement d'un cabinet expert sécurise le parcours.

CONCEPT

Cinq modèles d'entreprise bien-être

Le choix du concept détermine 80% de la rentabilité future.

Cabinet de praticien solo

Naturopathe, sophrologue, réflexologue, énergéticien. Budget 5 000-20 000 €. Auto-entreprise ou EURL adaptée.

Centre bien-être multi-praticiens

Espace mutualisé avec locations de cabines. Budget 100 000-300 000 €. Modèle locatif + activité personnelle.

Studio de yoga / méditation

Salles dédiées, cours en groupe. Budget 60 000-200 000 €. Mix abonnements + cours unitaires.

Centre de massages bien-être

Cabines exclusivement, sans espaces humides. Budget 60 000-150 000 €. Plus accessible que spa.

Spa / centre thermal urbain

Format complet avec espaces humides. Budget 250 000-800 000 €. Investissement lourd, marges élevées.

BUDGET

Le budget en détail

Voici la décomposition typique du budget d'ouverture.

Chaque poste doit être calibré avec précision. Sous-estimer un poste de 20% à la conception revient à le sur-payer de 50% à l'exécution.

La règle d'or : toujours prévoir 15 à 20% de marge de sécurité sur le budget global. C'est ce qui distingue les projets pérennes des projets qui s'enlisent à mi-parcours.

Modèle	Budget	Délai ouverture
Cabinet solo	5-20 k€	1-3 mois
Centre multi-praticiens	100-300 k€	6-12 mois
Studio yoga	60-200 k€	5-10 mois
Centre massages	60-150 k€	4-8 mois
Spa complet	250-800 k€	10-18 mois

MÉTHODE

La méthode pas à pas

5 phases séquencées, de l'idée à l'ouverture.

Phase 1 — Cadrage. Définition du concept, analyse de la zone, validation du potentiel CA. 2-4 sem.

Phase 2 — Business plan. Spécificités bien-être : hypothèses prudentes (montée en charge lente), saisonnalité.

Phase 3 — Financement. Souvent apport important (40-60%) car réticence bancaire historique sur certains concepts.

Phase 4 — Exécution. Bail, travaux selon concept, équipement, partenariats praticiens (centre multi).

Phase 5 — Lancement. Communauté, événements gratuits initiaux, communication soft.

PIÈGES

Les erreurs à éviter

Sur nos +100 projets accompagnés, certaines erreurs reviennent systématiquement chez les porteurs autonomes.

! Allégations thérapeutiques

Le bien-être n'est pas la santé. Ne jamais promettre de soigner une pathologie. Sanctions DGCCRF.

! Choix du local sans étude flux

Le bien-être attire moins de passants spontanés. Bouche-à-oreille primordial. Local secondaire mais visible.

! Tarification mal calibrée

Le bien-être souffre d'un sous-positionnement chronique. Ne pas brader pour attirer : cibler une clientèle qui valorise.

! Multiplier les disciplines

Mieux vaut être excellent sur 2-3 disciplines que moyen sur 10. Concentration = expertise = différenciation.

! Négliger les partenariats

Médecins du sport, kinés, ostéos peuvent envoyer des patients. Cultiver le réseau professionnel local.

CADRE LÉGAL

Formalités et réglementation

Pas de cadre légal unique. Chaque discipline a son cadre : naturopathie (non réglementée mais formations FENA recommandées), sophrologie (RNCP), massage bien-être (FFMBE).

Frontière médicale à respecter strictement. Ne pas exercer d'actes médicaux (diagnostic, prescription). Risque d'exercice illégal de la médecine.

Statut : SASU dans 60% des cas, auto-entreprise pour démarrage solo (plafond 77 700 €), SCM/SCP possible pour structure multi-praticiens.

Assurance RC pro indispensable et adaptée à chaque discipline. Compter 200-1 500 €/an selon activité.

ALLER PLUS LOIN

Notre accompagnement

Le Cabinet Nouvel Horizon accompagne chaque année des dizaines de projets de création d'établissements beauté, bien-être et sport en France, dans les DOM-TOM et en Afrique francophone.

Notre méthode en 5 phases couvre l'intégralité du projet : cadrage stratégique, business plan, financement, exécution, lancement et suivi 6 mois post-ouverture.

Notre singularité : un seul interlocuteur sur toute la durée, une rémunération de 10% du montant total du projet (étalée en mensualités), un alignement total avec votre réussite.

Le premier rendez-vous est offert et sans engagement. 30 minutes pour comprendre votre projet, évaluer sa faisabilité, identifier les premières étapes.

PROCHAINE ÉTAPE

Parlons de *votre projet.*

Le premier rendez-vous est offert et sans engagement. 30 minutes pour comprendre votre projet, évaluer sa faisabilité et identifier les premières étapes concrètes. Que vous poursuiviez avec nous ou non, vous repartez avec une vision claire de votre parcours.

nouvelhorizoncabinet.com

Visitez notre site et téléchargez
d'autres guides.

+33 (0)6 75 56 84 37

Appelez-nous directement.

**contact@
nouvelhorizoncabinet.com**

Écrivez-nous, réponse 24-48h.