



AYURVEDA Ô FÉMININ

Praticien en Massages Ayurvédiques Bien-être & Phytothérapie - 300 heures

Organisation Pédagogique

La formation praticien en massages ayurvédiques bien-être se déroule sur 7 mois soit environ 300 heures.

- 196 heures de pratiques en présentiel
- 21 heures de pratiques à distance
- 100 heures de pratiques personnelles

Publics

Cette formation se destine aux :

- personnes ayant un projet professionnel de création de cabinet.
- indépendants ou salariés travaillant dans le domaine du bien-être et qui souhaitent acquérir de nouvelles compétences afin de diversifier leur prestation de services

Programme 2023

Initiation à l'Ayurvéda – Module à distance

(20 au 21 Mars – 14H)

Les bases de l'Ayurvéda afin de pouvoir avoir les connaissances de bases.

- Doshas, Sous-Doshas, Dhatus, Agni, Malas, Kalas, Ama, Srotas, Organes et Glandes, Prakriti/Vikriti.
- L'énergétique des plantes & phytothérapie.
- Préparation et utilisation des plantes selon l'Ayurvéda (plantes européennes et Ayurvédiques)

Massage Abhyanga Initiation - en présentiel

(3 au 5 Avril – 21H)

Protocole complet - massage abhyanga 60 min – dos, bras, jambes, pieds/ mains, tête.

- Les différents doshas Vata, Pitta, Kapha
- Les différentes huiles ayurvédiques.
- Dynacharia (hygiène de vie ayurvédique)
- Bénéfices, indications, contre-indications.

Marmathérapie Niveau 1 – en présentiel

(1 au 3 Mai – 21H)

Protocole complet – massage et acupressions ayurvédiques 60 min – dos, bras, jambes, pieds/mains, tête.

- Apprentissage des points Marmas, localisations et leurs

Objectifs de la formation

- Pratique de préparation énergétique
- Intégrer la théorie et les pratiques inhérentes à l'Ayurveda.
- Apprendre, comprendre et savoir appliquer les protocoles de massages bien-être ayurvédiques et savoir adapter la séance en fonction de la constitution physiologique, physique, et émotionnelle du receveur.
- Connaître l'utilisation des produits ayurvédiques et des plantes européennes, savoir quand et comment les adapter à la pratique.
- Acquérir des notions d'anatomie et de physiologie sur les différents systèmes du corps humain
- Être accompagné en situation réelle en binôme de praticien(ne) pour revoir l'intégralité des protocoles en présence de la formatrice.

Lieu

Centre Ayurvédique Thaima Veda
Ayurveda Ô Féminin
998 route de daynes – 82350 Albias

Tarifs

3400€
Possibilité de paiement en plusieurs fois
(du 1^{er} jour d'inscription au dernier jour de

applications. Protocole Harmonisation des Marmas.

- Bénéfices, indications et contre-indications.

Massage Udvartanam - en présentiel

(4 au 5 Mai – 14H)

Protocole complet – massage aux poudres ayurvédiques de 45 min.

- Poudres & système métabolique et thyroïdien.
- Acquérir des notions d'anatomie et de physiologie sur le système métabolique et thyroïdien
- Bénéfices, indications et contre-indications.

Marmathérapie Niveau 2 - en présentiel

(5 au 6 Juin – 14H)

Apprentissage de 5 Protocoles complets selon les différents systèmes du corps humain.

- Approfondissement des différents points Marmas.
- Protocole du système digestif, Protocole système circulatoire et lymphatique, Protocole système ostéo-articulaires et musculaires, Protocole système respiratoire et ORL, Protocole système uro-génital

Shirodhara - en présentiel

(7 au 8 Juin – 14H)

Massage complet, du crâne et cheveux, haut du dos, et visage de 25 min. Protocole shirodhara 35 min (filet d'huile sur le 3^{ème} œil).

- Apprentissage de différentes préparations ayurvédiques selon les doshas et les besoins du receveur.
- Plantes & système nerveux. Acquérir des notions d'anatomie et de physiologie sur le système nerveux
- Bénéfices, indications et contre-indications.

Massage Abhyanga Niveau 2 - en présentiel

(3 au 8 Juillet – 42H)

Apprentissage de 3 protocoles complet de 60 min Vatabyangam,

formation.)

Informations Complémentaires

Si le nombre de participants est insuffisant, le Centre Thaima Veda se réserve le droit d'annuler le stage et l'acompte vous sera restitué.

**Nombre de stagiaire par session :
8 maximum**

Possibilité de logement dans la salle de pratique 10€ la nuit et cuisine collective à disposition

pittabhyangam et kaphabhyangam.

- Savoir appliquer un protocole avec des techniques inhérentes aux doshas du receveur.
- Étude de cas afin de savoir appliquer un protocole et l'utilisation d'huiles ayurvédiques selon les doshas.
- Les sous doshas.

Massage Keralais Namasté - en présentiel

(7 au 11 Août – 35H)

Massage complet du corps et étirements du corps de 60 min.

Massage des 6 postures traditionnelles .

- Combinaison de points Marmas, de postures et de massage.
- Techniques inhérentes au Yoga et à l'Ayurvéda.
- Les nadis : système de canaux de l'esprit et du prana. Types doshiques et adaptation du massage.
- Les asanas et le massage.
- Bénéfices, indications et contre-indications.

Massages aux pochons Ayurvédiques - en présentiel

(4 au 6 Septembre – 21H)

Protocole complet de 90 min, application d'huiles ayurvédiques et technique aux pochons ayurvédiques.

- Apprentissage de différentes préparations selon les systèmes.
- Plantes & troubles cutanés, Plantes & troubles nerveux, Plantes & troubles ostéo-articulaires et musculaires, Plantes & troubles digestifs.
- Bénéfices, indications et contre-indications.

Révision et examen blanc – en présentiel

(7 Septembre 2023 – 7H)

Révision et réalisation d'un protocole de massage en condition réelle d'examen

Installation professionnelle - à distance

(19 Septembre 2023 - 7H)

Aide à l'installation professionnelle, déclaration, communication, site internet

Examen

(26 Septembre 2023 - 7H)

Les prestations n'ont aucun but thérapeutique en raison de leur nature, elles ne s'apparentent à aucune manipulation en profondeur, pratique médicale ou révélant de la kinésithérapie.