



Ecole d'Ayurvéda et de Yoga
Thaima Veda - Ayurvéda Ô Féminin



FORMATION MASSAGE ABHYANGA AYURVÉDIQUE BIEN-ÊTRE

3 jours – 21 heures

8 au 10 mai 2024

www.massage-ayurvedique-montauban.fr



Ayurvéda Ô Féminin



Le massage Abhyanga

Le massage Abhyanga est un massage holistique ancestral de L'Ayurvéda, issu de l'Inde du Sud. Il fait parti intégrante des soins complet ayurvédiques du corps aux huiles. Il est à la fois dynamique, apaisant et énergétique.

Principaux bénéfices : nourrit et améliore la qualité de la peau, améliore la circulation du sang, apaise le système nerveux, traitement des maladies musculo-squelettique, améliore la souplesse et nourrit les articulations, améliore la résistance du système immunitaire, traite certaines maladies de peau, améliore le sommeil et la concentration, détend et meilleure élasticité des muscles...

Une formation pour qui ?

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
- Particuliers qui souhaitent acquérir de nouvelles compétences à titre personnel ou particuliers passionnés par le monde de l'Ayurvéda

Aucun prérequis n'est nécessaire, cette formation est ouverte à toutes et tous.

Objectifs Professionnel de la formation

Pouvoir proposer des séances de détente et de bien-être sur la base de connaissances fondamentales en termes d'Ayurvéda. Comprendre la déontologie inhérente à ce type d'activité et savoir travailler en toute complémentarité avec d'autres professionnels du bien-être et de la santé. Maîtriser gestes et postures
Savoir vendre et conseiller le soin, savoir accueillir la clientèle

Objectif pédagogiques de la formation

- Intégrer les bases fondamentales théoriques et pratiques inhérentes à l'Ayurvéda.
- Apprendre, comprendre et savoir appliquer un protocole de massage bien-être ayurvédique Abhyanga de 60 min
- Connaître l'utilisation des huiles ayurvédiques et savoir quand et comment les adapter à la pratique.
- Connaître les bénéfices, Indications et contre-indications de cette technique.



Programme de la formation

Les éléments théoriques abordés dans la formation sont les suivants :

- Notions de base « histoire de l'Ayurvédica et Grands principes Ayurvédiques ».
- Notions de base sur les trois différentes constitutions (Dosha) Vata, Pitta et Kapha. Les qualités, les fonctions et la localisation des différents Doshas.
- Apprentissage du protocole de Massage Abhyanga Ayurvédique Bien-être
- Pratique de préparation énergétique du praticien
- Être accompagné en situation réelle en binôme de praticien(ne) pour revoir l'intégralité de protocoles en présence de la formatrice.
- Évaluation pratiques / Test de connaissances / Questions et réponses



Organisation Pédagogique

La formation de massage ayurvédique abhyanga bien-être se déroule sur 3 jours soit 21 heures en présentiel.

- 15 heures d'apprentissage du protocole en binôme
- 3 heures d'apports théoriques
- 3 heures de préparation du praticien

Méthodes mobilisées

Alternance d'exposés suivis de questions-réponses et d'échanges avec les participants et de mises en situation.

Exercices individuels et en sous-groupes – jeux de rôles – cas pratiques

Remise d'un support pédagogique : cours théoriques + protocoles.

Salle de formation équipée avec des matériels adaptés au cours : tables de massages, coussins, accessoires, vidéo projecteur, tableau...

Modalités d'évaluation

L'évaluation des compétences est réalisée en cours de formation sous forme de mises en situation professionnelle : étude de cas, cas pratique, connaissance des protocoles, aisance dans les protocoles.

Remise d'une attestation de formation

Hébergement à Proximité

Nous vous envoyons une liste d'hébergements à proximité lors de votre inscription

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

La formation est ouverte à tous accessibles aux personnes en situation de certains handicaps, contacter directement notre référent au sein de l'organisme pour vous accompagner.

Référent Handicap : Perrine Maccarano – 06 72 55 40 48 – massage.ayurvedique.montauban@gmail.com

Effectif durant la formation

Cette formation est limitée à un maximum de 8 élèves maximum pour permettre un meilleur suivi.

Il est requis 4 participants minimum

Informations Complémentaires

Lieux de formation : Centre Ayurvédique – Thaima Veda – Montauban

Horaires : 9h00 à 13h00 et 14h00 à 17h00

Modalités pratiques transmises par e-mail 10 jours avant la formation : liste des participants et matériel à prévoir.

Individuel : 350€ € TTC Prise en charge 560€ TTC

Ce tarif comprend tous les frais pédagogiques et le livret pédagogique. Restent à la charge du stagiaire, les frais de déplacement, de repas et d'hébergement.

Perrine MACCARANO – Massages et soins ayurvédiques – SIRET 799 010 012 0034 – Organisme de formation n° en cours d'agrément - non soumis à la TVA (article 261-7-1°-a du C.G.I)

Formatrice et dirigeante de Thaima Veda – Ayurvéda Ô Féminin - Centre de formation bien-être, Cabinet de massages et soins énergétiques - Formée à différentes pratiques de massages ayurvédiques et de soins corporels en Inde et à Paris - Perrine crée son propre protocole de massage : Massage Abhyanga ayurvédique bien-être.

Retrouver la bio de Perrine sur www.massage-ayurvedique-montauban.fr

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.



Ecole d'Ayurvéda et de Yoga - Thaima Veda - Ayurvéda Ô Féminin

16 rue jules ferry 82000 Montauban - www.massage-ayurvedique-montauban.fr
06 72 55 40 48 - massage.ayurvedique.montauban@gmail.com - Siren 799010012