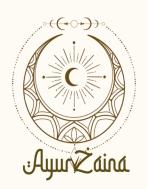


# FORMATION PRATICIEN(NE) MASSAGE ABHYANGA AYURVÉDIQUE BIEN-ÊTRE

130 heures de pratiques massages 40 heures de théorie en ligne 13 heures de Coaching en live Du 17.03.2025 au 13.12.2026

www.ayurzaina.fr





### Le massage Abhyanga

Le massage Abhyanga est bien plus qu'une technique traditionnelle venue d'Inde — c'est un rituel de réharmonisation du corps et de l'âme.

Pratiqué avec des huiles chaudes infusées d'intentions bienveillantes, il vient nourrir chaque tissu, éveiller la conscience du corps et rééquilibrer les doshas, ces forces vitales qui nous habitent.

À travers des **mouvements longs**, **enveloppants et fluides**, l'énergie circule, les tensions se libèrent, la respiration s'apaise. Le corps se déleste de ce qui l'encombre, la peau s'illumine, le système nerveux retrouve son calme.

Mais au-delà de ses bienfaits physiques, l'Abhyanga est une **rencontre avec soi-même**. Il invite à l'écoute, à la présence, à la douceur. C'est un moment de retour au centre, où l'on se sent à la fois enracinée, apaisée et pleinement vivante.

# Une formation pour qui?

Cette formation est une invitation à renaître à ton toucher.

Elle s'adresse autant à la **débutante**, qui souhaite découvrir les fondements de l'Ayurvéda et apprendre à masser avec justesse, qu'à la **praticienne expérimentée**, prête à dépasser ses protocoles, à faire confiance à ses mains, à son intuition et à son cœur.

Aucun prérequis n'est demandé — seulement le désir d'entrer dans une voie d'écoute, de présence et de transformation.

#### Objectifs Professionnels de la formation

Au fil de cette transmission, tu intégreras les **fondations théoriques et pratiques** nécessaires à l'art du massage ayurvédique — une connaissance vivante du corps, des doshas et des principes essentiels de l'Ayurvéda.

Tu apprendras également la **déontologie** propre à cette pratique, ainsi que la posture juste du praticien : celle qui unit respect, écoute et discernement.

Nous explorerons ensemble la manière de **collaborer harmonieusement avec d'autres acteurs du bien-être et de la santé**, afin d'inscrire ta pratique dans une dynamique globale et complémentaire.

Et parce qu'incarner son art ne se limite pas aux mains, un accompagnement exclusif avec un expert en communication et marketing t'aidera à développer ton authenticité professionnelle, à oser exprimer ta personnalité unique et à créer une présence alignée, magnétique et inspirante.

À l'issue de la formation, tu seras prête à **t'installer en tant que praticienne**, à offrir des séances profondes et ressourçantes, fondées sur des bases solides d'Ayurvéda, d'anatomie et de conscience.

#### Objectifs pédagogiques de la formation

Cette formation en massage abhyanga ayurvédique comprend :

- 2 module de massage initiation ayurvédique (les bases du massage ayurvédique massage de 60 min)
- 3 modules de massage adapté à chaque dosha (techniques expertes pour chaque doshas 3 massage de 90 min)
- 2 modules de massage expert (techniques expertes pour un massage de 90 min)
- 1 module de techniques expertes (techniques expertes ciblés connexion, ressenti, qualité de toucher)
- 1 module d'anatomie palpatoire
- 1 plateforme de formation théorique à distance en accès libre (10 heures)
- 1 formation en ligne de 30 heures d'installation professionnelle + 1 mentorat individuel de 1 heure encadré par un coach agréé
- · 3 Séance en Live de Questions/réponses concernant les enseignements ayurvédiques
- 1 Temple en Live chaque mois de coaching en développement personnel avec une experte en approche holistique
- 2 journées de révision et 1 journée d'examen
- · 1 séance de Yoga, chaque matin de formation en présentiel par un professeur diplômé



## V : Modalités

#### Hébergement à Proximité

Liste d'hébergement mise à votre disposition + cuisine partagée

## 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 6 élèves maximum pour permettre un meilleur suivi.

Il est requis 2 participants minimum

## **Informations Complémentaires**

Lieux de formation : Centre Ayurvédique - Ayurzaina - Montauban

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

Modalités pratiques transmises en continu sur le groupe de formation en ligne

Individuel: 2650€ € TTC

Ce tarif comprend tous les frais pédagogiques et les supports pédagogiques. 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

Formatrice et dirigeante de Ayurzaina – 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 créé son propre protocole de massage : Massage Abhyanga ayurvédique bien-être. Retrouver la bio de Perrine sur <a href="www.massage-ayurvedique-montauban.fr">www.massage-ayurvedique-montauban.fr</a>
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.