



FORMATION PROFESSIONNELLE

**STAGE PROFESSIONNALISANT
AYURVEDA MASSAGE**



**Centre
Leela**



ayurveda
en france

Stage Ayurveda Massage

Objectifs

- > THÉORIE : RÉSUMÉ DES CONCEPTS PHILOSOPHIQUES DE L'AYURVEDA
- > Savoir communiquer avec le client
- > SAVOIR UTILISER LES HUILES CORRESPONDANT AU CLIENT
- > Maîtriser les différentes techniques du massage Abhyanga > Maîtriser la fluidité et enchaînements
- > Donner un massage Abhyanga complet en 1h30
- > Donner un massage Abhyanga complet en 45mn

POUR QUI ? : Tout public

Prérequis : études secondaires , entretien individuel

Organisation Pédagogique : Présentiel + travaux personnels

Moyens pédagogiques :

Support de cours et tutoriel remis en fin de stage

Moyens techniques : Salle théorie : chaises, tables, tableau, wifi, vidéo projecteur, support de cours.

Salle pratique : Salle de 60 à 90m2 bien chauffée, plateau techniques : tables, huiles ayurvédiques, huiles, essentielles, produits de beauté ayurvédiques, et tout matériel susceptible correspondant au module enseigné.

Parking : gratuit. Apporter de quoi écrire ou son ordinateur, tablette.

Suivi d'exécution : feuille de présence signée par demi journée. Résultats : évaluation en continu + enquête de satisfaction.

Informations pratiques

LIEUX DE FORMATIONS EN RÉSIDENTIELLE : Musée de l'eau, Place du Breuil, 38680 PONT EN ROYANS.

DUREE : 50h de présentiel



HORAIRES : 8h45 à 13h avec pause de 15 min, 14h à 18h avec pause de 15 min. Dernier jour, fin à 16h.

COÛT GLOBAL DE LA FORMATION :

Autofinancement : 744€ TTC ; Règlement jusqu'à 5 mensualités.

Prise en charge OPCO : 895€ TTC.

Cotisation annuelle 2020 : pour Ayurveda en France : 25€ à nous régler en + du montant de votre module.

REPAS : Aux alentours du lieu de formation (Restaurant ; Snacking) non-inclus.

HEBERGEMENT : Autour du lieu de formation (Gîte ; Airbnb ; Hôtel ; etc) non inclus.

CE COÛT COMPREND :

Frais administratifs ; Enseignement théorique & pratique ; Une partie du matériel & supports pédagogiques.

Modalités pratiques transmises par mail 1 mois avant la formation : liste des participants, lieux hébergements & formations, liste matériel à prévoir etc.

A l'issue des formations à la carte vous sera délivrée une attestation de fin de formation avec indications du niveau d'acquisition des connaissances.

Cette formation ne remplace pas un avis médical, elle ne se substitue pas aux actes de kinésithérapie.

Ayurveda Massage : Programme

Massage – Soins - ABHYANGA TRIDOSHA

- > Préparation du thérapeute par diverses techniques (exercices de Yoga, respiration et énergie pranique) avant chaque soin donné.
- > Composition d'huiles aux plantes sauvages adaptées aux Vikritis (déséquilibres) ou aux Prakritis (constitution).
- > Technique de massage, fluidité et enchaînements pour Vata dosha, pitta dosha, kapha dosha pour l'arrière et le devant du corps.
- > Maîtrise des enchaînements et fluidité des différents touchers.
- > Technique de mobilité et souplesse des articulations
- > Techniques de relaxation pendant le massage
- > Massage des : pieds, mains, tête.
- > Techniques de massage pour augmenter l'énergie et Agni afin d'éliminer les toxines.



Novembre 2020
Avec Leila Amara

l'abhyanga est un massage à l'huile chaude. Il fait partie des thérapies Snehana, qui signifie l'application d'huile ou l'oléation, Sneha signifiant amour et compassion en sanskrit.

Nous pouvons donc comprendre, comment dans notre monde, où les rapports humains, l'agitation, les excès d'hygiène, la guerre au cholestérol, la chaleur qui augmente du fait du réchauffement climatique amènent une qualité de sécheresse de plus en plus grande, le massage à l'huile apporte une vraie qualité de soins, d'amour et de sécurité à celui qui le reçoit.

Des techniques d'harmonisation, respiration & méditation sont incluses dans ce stage professionnel.