



## Formation Massage Ayurvédique

### Objectifs de la formation :

Définir et expérimenter les gestes et les postures nécessaires à la bonne pratique du massage Ayurvédique pour contribuer au bien-être d'autrui.

### Equipe pédagogique:

Formateur - Maître praticien en massage Ayurvédique

**Contact:** Frédérique Klopp - 06.61.72.60.62

### Public :

Toutes les personnes désireuses d'enrichir les connaissances nécessaires pour utiliser le massage Ayurvédique dans le but personnel et / ou professionnel

### Durée - horaires:

28 heures de pratique sur 4 jours de 9h30 à 12h30 et 13h30 à 17h30. Pause de 15 mn à 11h et 15h

### Effectif :

4 minimum - 6 maximum

### Dates et lieu de formation :

Cf convention de formation et/ou devis

**Prérequis :** Aucun

### Modalités pédagogiques et techniques :

Alternance d'exposés, de mise en situation - Vidéos

### Moyens pédagogiques :

Support de cours - Tables de massage - Huiles végétales

### Modalités d'évaluation :

Après 3 jours de cours, entraînement personnel pendant 3 semaines avant 1 jour de révisions et validation. Évaluation formative tout au long de la formation.

### Délais d'accès:

1 formation par semestre.

Inscription maximum 7 jours avant le début de la formation dans la limite des places disponibles.

Formation disponible en intra-entreprise sous 1 mois.

**Tarifs:** 760€/stagiaire. Remise 20% pour particuliers, étudiants (soit 608€)\*

Coût intégrant les frais administratifs, les garanties qualité et responsabilité civile professionnelle.

\*« TVA non applicable, article 293 B du Code général des impôts»

**Accès handicapés:** adaptation possible en fonction de la spécificité handicap de la personne et en fonction du lieu du site

### Contenu de la formation :

- Connaître les principes de bases et la philosophie de l'ayurveda ou « Science de la vie »
- Définir les 5 éléments/les 3 doshas ou humeurs
- Quelques définitions : Agni, Prana, Nadi, Chakras
- Les étapes de la maladie
- Les étapes du soin
- Les soins Ayurvédiques (cures et massages)
- Le massage Abhyanga en tant que soin
- Test et Détermination des Doshas de chaque stagiaire et échanges
- Création de l'espace massage
- Choix de l'huile, de la musique.
- Préparation des stagiaires (placer ses mains sur les chevilles du massé)
- Création d'un espace sacré (bulle de protection, invocation)
- Fermeture de l'espace sacré et nettoyage
- La formatrice montre les mouvements en entier puis par séquence en détaillant les gestes (appuis, rapidité, bienfaits..)
- Rappel les postures à adopter afin de ne pas se blesser.
- Chaque stagiaire donne et reçoit le massage
- La formatrice observe et accompagne
- Apprendre, appliquer et recevoir les gestes et manœuvres d'un protocole d'1h.

Ecole de L'EKILIBRE - 74, rue Gambetta 40000 Mont de Marsan  
Contact : 05.58.71.84.95 - contact@lekilibre.com

Organisme de formation, enregistré sous le numéro de déclaration d'activité 75 40 01243 40 auprès du préfet de région Aquitaine  
Limousin-Poitou-Charentes.

Siret n° 821 670 288 00017  
Kbis 821 670 288 R.C.S. Mont de Marsan – NAF 8559A  
N° agrément DATADOCK: 0019590

