



Formation Massage Ayurvédique Niveau 1

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





Formation Massage Ayurvédique Niveau 2 L'art de se nourrir

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 :

- Approfondissement : les 5 éléments et les 3 doshas
- Les routines et les principes essentiels de AHARA (alimentation)
- VIHARA (habitudes de vie)
- Pratique : thé de chai et ses bienfaits
- Principe de combinaison des aliments
- Comment rééquilibrer des excès en pratique ?
- Pratique : mise en situation Massage
- Les 7 Dathus, 6 saveurs, 7 couleurs
- Le rôle essentiel d'Agni le Feu digestif
- Ojas
- Mise en pratique

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





Formation Massage Ayurvédique Niveau 3 Crânien/ Shiroshamp

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 :

- Définition du Shiro (crâne)
- Quand ? Comment et pourquoi pratiquer le Shiro ?
- Les lignes d'énergie ou Nadis
- Les points Marmas / la réflexologie ayurvédique
- Bienfaits et contre indications
- Cas pratique massage : installation de la pièce, quelles huiles ?
- Vocabulaire gestuelle
- Apprendre les gestes de massage : durée, temps, gestes requis
- Exercice du repas en conscience
- Nettoyage énergétique du praticien
- Bilan

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

