

# MASSAGE AYURVEDIQUE ABHYANGA

M-AY

**Le Massage Ayurvédique Abhyanga est un massage indien issu de la médecine Ayurvédique à la fois relaxant et énergisant qui permet de rééquilibrer le corps et le mental en réduisant les tensions nerveuses et en favorisant le lâcher prise**

## Objectifs

- Maîtriser les postures, les gestes et les procédés du Massage Indien Ayurvédique ABHYANGA.

## Public Concerné

Professionnel de santé, de soins ou de la relation d'aide ; Toute personne désireuse de se former au Massage Indien Ayurvédique ABHYANGA.

## Pré Requis

Cette formation ne nécessite pas de prérequis

## Méthodes et moyens pédagogiques

### Méthodes et moyens pédagogiques :

- Enchaînement pas à pas du protocole
- Entraînement tour à tour par binôme pour chaque séquence
- Révision et bilan après chaque séquence
- Révision du protocole complet avant l'évaluation de fin de formation

### Moyens techniques et matériels :

- Support de cours électronique / Synthèse de protocole plastifiée
- Paperboard et/ou Vidéoprojecteur
- Tables de massage

## Qualification Intervenant(e)(s)

Praticienne certifiée en Massage Bien-être

## Type de formation

Présentiel

## Parcours pédagogique

### Jour 1 :

- Accueil des stagiaires (café, thé)
- Prénatation du formateur et des stagiaires
- Historique du Massage Indien Ayurvédique ABHYANGA
- Indications et préventions (bienfaits et contre-indications)
- Matériels et tenues
- Ambiance et mise en place
- Protocole détaillé séquence par séquence
- Enchaînement pas à pas du protocole
- Entraînement tour à tour par binôme

### Jour 2 :

- Les postures et gestes à adopter
- Protocole détaillé séquence par séquence
- Entraînement tour à tour par binôme
- Bilan et conseils

### Jour 3 :

- Révision du protocole complet
- Entraînement tour à tour par binôme
- Auto-évaluation stagiaire
- Bilan et conseils
- Evaluation des compétences
- Evaluation de satisfaction de l'action de formation

## Les + métier

---

Proposer à sa clientèle une séance d'une heure et 15 minutes de Massage Indien Ayurvédique ABHYANGA afin de rééquilibrer le corps et le

## Méthodes et modalités d'évaluation

Questionnaire de positionnement pré-formation

Evaluation des compétences en fin de formation : Mise en situation

Questionnaire de satisfaction de l'action de formation

Sanction de fin de formation :

- Attestation de fin de formation
- Certificat de formation après validation des compétences

## Modalités d'Accessibilité

Accès PMR

### Durée

**21.00** Heures

**3** Jours

### Effectif

Groupe de 10 stagiaires maximum

### Tarifs

**Inter (Par Stagiaire) : 390.00 € Net de taxe**

**Intra (Par Jour) : Nous consulter**