

Massage Ayurvédique – Abhyanga

Programme de Formation

Public visé : Diplômés en esthétique, ou en reconversion professionnelle.

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

Objectifs pédagogiques :

- Respecter les règles d'hygiène et de sécurité.
- Accueillir le client et cibler ses besoins.
- Découvrir la philosophie de l'Ayurveda.
- Apprentissage d'un protocole de massage et de ses techniques spécifiques.
- Adopter une posture et une gestuelle en adéquation avec le massage.

Prérequis : Notions d'esthétique ou de bien-être

Durée : 2 jours soit 14 heures

Durée du protocole : 75 minutes.

Déroulé de la formation :

	Matin : 9h – 12h30	Après-midi : 13h30 – 17h
Jour 1	Accueil et présentation des participants. •Le massage Ayurvédique : les bienfaits, les contre-indications, les techniques utilisées, la posture du praticien. •Rappel : Comment prendre en charge son client & qu'est-ce que l'Ayurveda ? Démonstration de techniques relaxantes.	•Pratique : face postérieure démonstration •Pratique : face postérieure application
Jour 2	•Pratique : face antérieure démonstration •Pratique : face antérieure application	•Pratique : réaliser le modelage en entier •Evaluation •Synthèse •Remise d'une attestation de formation.

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement :

- Salle de Formation
- Equipements divers, outils pédagogiques : table, linge, cosmétiques.
- Documentation : tableau récapitulant les différents modelages. Fiche de protocole.
- Compétences de la formatrice :
 - BTS esthétique / cosmétique
 - 15 ans expérience : Spa urbain, Spa d'Hôtel 5*, responsable d'espace bien-être (formations Nuxe, Carita, Maria Galland), événementiel au Main Square Festival.

Suivi et évaluation :

- Feuille d'émargement
- Attestation individuelle
- QCM de contrôle de connaissance
- Fiche d'évaluation du formateur

Tarif : 580€ TTC