

# Formation Massage Ayurvédique Abhyanga

Le massage ayurvédique Abhyanga, c'est un massage venant tout droit du nord de l'Inde.

Il est issu de la médecine traditionnelle ayurvédique et à des vertus relaxantes et énergisantes. A la fois dynamique et enveloppant, ce massage ayurvédique se caractérise par une alternance entre mouvement doux et manoeuvres plus rythmées.

Par stimulation des trajets énergétiques, on va permettre la libre circulation de celle-ci , tout en rééquilibrant les chakras de l'ayurvéda.

## **Bienfaits:**

- Agit sur le sommeil et le stress
- Tonification des muscles et des tendons
- Soulage les tensions musculaires
- Active la circulation sanguine et lymphatique
- Apaise l'esprit
- Elimine les impuretés du corps
- Adouci la peau
- Rééquilibre l'organisme

## **Manoeuvres :**

Pressions, frictions, lissage , pétrissage, étirements doux

Travail en binôme.

2 jours de formation soit 14h au total.

Certificat et livret seront remis à l'issue de la formation

## **Formateur·rice(s) :**

- CELINE BERDOT

Doniforma — Société par actions simplifiée (SAS)

Tél : 06 07 26 77 04 – Mail : [contact@tousformateurs.fr](mailto:contact@tousformateurs.fr)

290 Avenue Robespierre — 83130 La Garde France

SIRET : 91175609600028 — Numéro de TVA : FR26911756096

Déclaration d'activité enregistrée sous le n°93830678983 auprès du préfet de région de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur

Ce numéro d'enregistrement ne vaut agrément de l'État



## Objectifs visés

- Maitriser le protocole spécifique du massage Abhyanga
- Connaitre les indications et contre indications
- Savoir installer le client
- Savoir vendre la prestation de massage abyanga
- Maitriser les postures du masseur

## Méthode d'évaluation

- Cas pratique

## Déroulé pédagogique

### Journée 1

- Présentation des stagiaires, du formateur et du livret de formation
- Démonstration et pratique de la 1ere partie du massage
- Démonstration et pratique de la seconde partie du massage
- PAUSE REPAS
- Révision des manoeuvres vues le matin
- Démonstration et pratique de la 3eme partie du massage
- Démonstration et pratique de la 4 eme partie du massage

### Journée 2

- Accueil et révisions des manoeuvres vues la veille
- Démonstration et pratique de la 5 eme partie du massage
- PAUSE REPAS
- Révision du protocole complet
- Evaluation finale
- Conseils de vente et remise des attestations

## Informations complémentaires

**Durée :** 14 heures de formation sur 2 jours

**Pré-requis :** Pas de pré-requis.

**Public concerné :** Tous public

**Tarif** 520,00 € HT (Exonération de TVA - Art.261.4.4° a du CGI)

Doniforma — Société par actions simplifiée (SAS)

Tél : 06 07 26 77 04 – Mail : [contact@tousformateurs.fr](mailto:contact@tousformateurs.fr)

290 Avenue Robespierre — 83130 La Garde France

SIRET : 91175609600028 — Numéro de TVA : FR26911756096

Déclaration d'activité enregistrée sous le n°93830678983 auprès du préfet de région de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur

Ce numéro d'enregistrement ne vaut agrément de l'État



**tousformateurs**

Doniforma — Société par actions simplifiée (SAS)

Tél : 06 07 26 77 04 – Mail : [contact@tousformateurs.fr](mailto:contact@tousformateurs.fr)

290 Avenue Robespierre — 83130 La Garde France

SIRET : 91175609600028 — Numéro de TVA : FR26911756096

Déclaration d'activité enregistrée sous le n°93830678983 auprès du préfet de région de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur

Ce numéro d'enregistrement ne vaut agrément de l'État