Formation Massage Crânien ShiroAbhyanga

Formation Massage Crânien SHIROABHYANGA , le massage ayurvédique de la tête et du haut du corps.

Ce protocole de massage ShiroAbhyanga est une adaptation du massage Shirotchampi de la médecine traditionnelle ayurvédique pratiquée en Inde.
C'est une réadaptation pour les occidentaux permettant de réaliser une séance de massage plus en phase avec nos attentes occidentales, dont le but est de relâcher les tensions musculaires et de favoriser la relaxation du corps.

Manoeuvres :
Percussions, lissages , effleurages, frictions, pressions .
Essentiellement sur le haut du dos , nuque , bras , visage et crâne.
Mise en pratique :
Travail en binôme ou sur modèle en fonction du nombre de participant

Objectifs :
Acquérir une nouvelle prestation afin de compléter des techniques déjà pratiquées.
Proposer une nouvelle prestation à sa clientèle
Etre capable de donner ce protocole en respectant la durée, les gestes et postures.

Moyens pédagogiques:
- Chaises de massage
- Huile de massage
- Livret de formation
- Certificat de formation
- Paper bord et rétroprojecteur

Durée : 1Jour en PRESENTIEL - 8 heures de formation

Les bienfaits :
- Améliore le sommeil
- Calme le mental

- Agit sur les maux de tête et les migraines
- Stimule le système lymphatique
- Élimine les tensions musculaires
- Réduit le stress
- Ralenti la chute des cheveux
- Élimine la fatigue
- Améliore la concentration / la mémoire...

Durant cette journée :
- Vous pratiquerez et recevrez le massage plusieurs fois pour une meilleure acquisition des techniques.
- Vous apprendrez les huiles à utiliser pour ce massage ainsi que les contres-indications.

En fin de formation:
- Vous recevrez votre certificat de formation, votre livret d'apprentissage ainsi qu'une vidéo du massage pour vous entraîner.

Formateur·rice(s) :

- CELINE BERDOT

Objectifs visés

- Accompagner et accueillir les clients
- Acquérir l'ensemble des techniques du massage
- Acquérir les gestes d'hygiène et de posture
- Connaitre les contre- indications
- Développer ses compétences dans le domaine du bien-être.

Méthode d'évaluation

- Cas pratique

Déroulé pédagogique

Journée 1

- Présentation des stagiaires et du massage. Contre indications et installation du poste de travail. Connaissance des doshas selon l'ayurvéda et des points marmas du visage et du crâne. Connaissance des huiles à utiliser.
- Présentation et pratique de la 1ère partie du massage : DOS . Mise en pratique des manoeuvres spécifiques du dos : lissage, effleurage, percussion, pétrissage , acupression et adaptation en fonction du massé
- Présentation et pratique de la 2 ème partie du massage : CRANE. Mise en pratique du protocole sur le crâne et des manoeuvres spécifiques : friction, percussion, pression, lissage
- Révisions du protocole vu le matin : DOS ET CRANE
- Présentation et pratique de la 3 ème partie du massage : BUSTE ET VISAGE : Mise en pratique du protocole et des manoeuvres spécifiques du buste, bras et mains : lissage , pression, effleurage et du visage : lissage , effleurage et acupression
- Révision du protocole complet / évaluation final. Débriefing et questions/réponses de fin de formation/ Conseils de vente

Informations complémentaires

Durée : 8 heures de formation sur 1 jour

Pré-requis :

Public concerné : Tout public

Tarif 279,00 € HT (Exonération de TVA - Art.261.4.4° a du CGI)