

Niveau : Initié

Durée : 3 jours

Formation Abhyanga (femme enceinte)

Le massage abhyanga se constitue en une thérapie à part entière et se pratique régulièrement, à titre préventif ou en cure. Il est issu de l'Ayurveda. Il vise à rétablir ou maintenir les doshas, à stimuler les défenses immunitaires ou aider à l'élimination des toxines qui empoisonnent le corps et l'esprit.

Contenu de la formation :

- Origines et cultures du massage
- Relâchement du stress
- Bienfaits et contre indications
- Positionnement et respiration du praticien
- Notion d'énergie
- Techniques de massages
- Techniques commerciales

Objectif : Le stagiaire apprendra lors de cette formation

- Développement des compétences techniques
- Acquisition d'un nouveau massage
- Être capable d'effectuer un soin complet
- Perfectionner les gestes et techniques posturales
- Développer son offre commerciale

Public : - Professionnels de la beauté, du bien être et du spa
- Particuliers qui souhaitent développer ses connaissances ou faire une reconversion professionnelle.

Suivi pédagogique :

- Travail en binôme
- Méthode active et participative
- Présentation, explication et réalisation des manœuvres par le formateur, puis réalisation par les stagiaires
- Contrôle et correction par le formateur
- Remise d'un support pédagogique

Évaluation de la formation :

- Évaluation des connaissances
- Remise d'attestation de formation

Les effets recherchés

- Élimination des déchets à l'extérieur du corps
- Augmente la résistance aux maladies
- Sensation de légèreté et d'énergie
- Augmente la vitalité
- Assouplit les articulations
- Améliorer la circulation sanguine et lymphatique



Programme de la formation

Jour 1 : Théorie et pratique

- **Accueil des participants**
- Mise en commun des savoirs êtres et savoir faire
- Apprentissage techniques posturales
- Présentation de l'ayurveda, des doshas, du pranayoma, de la spiritualité, de la vitalité et de l'énergie du massage, -
- L'Ayurvèda aujourd'hui
- Les huiles et leurs bienfaits
- Apprentissage techniques respiratoires

Jours 2 : Pratique et révision

- Révision des acquis jour 1
- Apprentissage des techniques manuelles
- Comprendre le massage abhyanga
- Les bienfaits et contre indications
- Apprentissage protocole

Jours 3 : Révision, pratique et évaluation

- Révision des techniques manuelles et du protocole
- Révision des connaissances
- Techniques commerciales et développement de la carte de soin
- Contrôle des connaissances

Centre beauty conseil Formation
Zone d'activité de la Duquerie
37390 Chanceaux sur Choissille
Tèl : 02 47 37 81 26
Site internet : www.....
N'hésiter pas à nous contacter pour
toutes informations