

# **ATELIER APPRENTISSAGE DU MASSAGE AYURVEDIQUE ABYHANGA**

**Massage doux,relaxant,énergisant.**

Cette formation s'adresse à toute personne majeure, professionnelle ou non.

## **LES PLUS DE LA FORMATION :**

Groupe réduit, 8 personnes, manuel de cours détaillé.  
Formation proposée dans un gîte en pleine nature.

## **OBJECTIF :**

ETRE BIENVEILLANT,A L'ECOUTE,ATTENTIONNEE POUR PRATIQUER UN SOIN AYURVEDIQUE.

RESPECTER les règles d'hygiène du matériel et du praticien  
RESPECTER les règles de sécurité pour le client et pour soi même  
CHAUFFER la pièce et l'huile de sésame BIO.  
PREPARER la pièce et la table de massage.

ACCUEIL DU CLIENT : lui présenter le massage,le déroulement de la séance, ses bienfaits et ses contre indications, lui demander ses attentes, ses besoins.

REGLER LA TABLE, installer le client confortablement.

APPRENDRE les techniques, les postures et gestes pour pratiquer un soin de qualité. Adopter la juste distance, adopter une bonne fluidité et une bonne pression.

## **DEROULEMENT DE LA FORMATION**

**PHILOSOPHIE ET PRESENTATION**

**ORIGINE DE L'AYURVEDA**

**COMPRENDRE L'AYURVEDA**

**LES TROIS ENERGIES VITALES**

## **LE BIEN ETRE DU MASSEUR: ANCRAGE,RESPIRATION**

chaque journée débute par un échauffement,une »mise en énergie »

## **TRAVAIL GESTES ET POSTURES**

## **PROTOCOLES ET TECHNIQUES**

Les mouvements et gestes du massage indien sont présentés par petites séquences sur un volontaire, Les participants travaillent ensuite deux par deux, Tour à tour chacun peut ainsi pratiquer, mais aussi recevoir le massage,

## **INDICATIONS ET CONTRE INDICATIONS,**

### **REVISIONS TOUTE L'ANNEE :**

Vous pouvez me contacter pour faire une révision des techniques,

### **MOYENS MATERIELS**

Support de cours, table de massage, chauffe huile, huile de massage (sésame bio)

**PRE REQUIS DEMANDE :** aucun

### **DELAI D'INSCRIPTION**

Vous pouvez vous inscrire à tout moment, tant qu'il reste de la place à une session,

### **QUI SUIS-JE /**

**Martine BARBIER, esthéticienne spécialisée en soins corps, praticienne en soins ayurvédiques depuis 25 années, Je travaille en cabinet et à domicile,**

**Je souhaite durant cette formation vous accompagner dans la bienveillance, l'écoute le respect, vous transmettre techniques de soins, sens du toucher,**

**« Prendre soins de soi pour être bien avec les autres et autour de nous »**

### **DATES HORAIRES ET TARIFS**

Deux modules de deux jours complets (8 heures par jour) .

Le participant séjourne une nuit dans un gîte calme et charmant, avec cheminée et piscine, au Pays Basque intérieur (LARCEVEAU ARROS CIBITS) [www.gîte-gainzuria.com](http://www.gîte-gainzuria.com),

MODULE 1 : 29 et 30 mai 2021

MODULE 2 : 25 et 26 septembre 2021

HORAIRES : 09h30 – 18h30

TARIFS : 240,00 € par module,

Le tarif inclut la formation massage, deux jours (une nuit au gîte, linge fourni, La restauration n'est pas prévue,

Pour vous inscrire à cette formation, il vous est demandé de vous engager à faire les deux modules, Deux chèques d'acompte seront demandés d'un montant de 60 €uros, vous pouvez payer votre formation en plusieurs fois .

### **INFOS PRATIQUES**

**Contacts : Site Internet [lessoinsdemartine](http://lessoinsdemartine.com)  
Martine BARBIER  
06 86 43 20 37**

**[gite.gainzuria@gmail.com](mailto:gite.gainzuria@gmail.com)  
Alba BUCLET-IBARRA  
06 28 77 17 73**

