



Styl'Esthetik D900 rue des fournils 66450 POLLESTRES 04.68.88.80.90
e-mail : styl.esthetik@yahoo.com Site Internet : www.stylesthetik.fr
N°SIRET : 844 048 231 – Code APE 9602B

Dispensé d'immatriculation au registre du commerce et des sociétés (RCS) et
au répertoire des métiers (RM), déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 76 66 02 302 66 auprès du préfet de la région de l'Occitanie - Datadock - Qualiopi
TVA non applicable art. 293 b du CGI

MASSAGE BIEN-ETRE INDIEN ABHYANGA



2 jours soit 14h

Difficulté de la formation



Intervenante: PICHELIN Katia



480€



Groupe de 4 élèves maximum



Niveau requis : Aucun



Modalités d'évaluation en amont : un entretien individuel de faisabilité précédera toute inscription et Questionnaire d'auto évaluation
Modalités d'évaluation en aval : Évaluation pratique et évaluation théorique/ Attestation de formation



Reconversion professionnelle, personnes souhaitant élargir sa palette de connaissances et de compétences ou a but personnel



ACCESSIBILITE PERSONNE EN SITUATION DE HANDICAP : Formation accessible en situation d'handicap sous réserve de faisabilité (entretien téléphonique obligatoire minimum).



DESCRIPTIF DE LA FORMATION :

Voilà plusieurs années que le massage Abhyanga fait partie de ces « massages du monde » proposés avec succès par les instituts et les spas, parfois sous le nom de « massage ayurvédique ». Une appellation impropre pour un soin qui est pourtant bel et bien tiré de l'Ayurveda, cette médecine traditionnelle indienne dont le nom signifie littéralement « la science de la vie » en sanskrit. S'appuyant sur les 7 centres énergétiques du corps – les fameux chakras- le massage Abhyanga est avant tout un soin rééquilibrant. Le principe ? Le masseur va agir sur les nadis, les trajets de l'énergie sur lesquels sont répartis des points de pression, pour permettre à l'énergie vitale – le prana dans la tradition ayurvédique- de circuler librement et harmonieusement dans tout le corps. L'objectif : un bien-être général, tant du physique que de l'esprit.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

Maitriser le protocole technique et les concepts théoriques de ce massage, maitriser ses indications et contre-indications, adapter la pression, la fluidité et la posture à la morphologie du massé.

Débouchés : praticien massage bien-être dans un institut de beauté ou Spa, agent thermal ou thalasso,, chargée de formation d'une marque, chargée marketing, commerciale....

PROGRAMME PEDAGOGIQUE :

JOUR 1 : Matin

-Présentation des participants et du formateur,

-Théorie : définir le massage, indications, contre-indications, les différentes manœuvres,

-Mise en place de la cabine et démonstration du formateur d'une partie du massage,

Après-midi :

-Apprentissage de la première partie du protocole.

JOUR 2 : Matin :

-Révision de la veille sur la théorie et récapitulatif du protocole,

-Apprentissage de la suite du protocole.

Après-midi :

-Entraînement sur modèle,

-Évaluation théorique et pratique.

MOYENS PEDAGOGIQUES :

Book de formation, Rétro projecteur - Paper bord - Évaluations théoriques et pratiques - Entraînement sur modèles

SESSIONS : Voir planning sur notre site web <http://www.stylesthetik.fr>

Mise à jour en juillet 2025