

Le massage tonique ayurvédique

Durée de la formation : 3 jours

Tarifs de la formation à domicile : 800€

Tarifs de la formation dans notre centre (la madeleine 591 10) : 750€

Définition :

Ce massage est l'une des pratiques de l'Ayurveda (médecine indienne), qui est en fait un art de vivre (ayu : vie et veda : connaissance) issu de connaissance millénaire.

Le principal massage s'appelle l'Abyangam et il est qualifié de « science qui s'exprime à travers les mains, le cœur et l'esprit » avec des techniques, mouvements, applications, frictions, massages et manipulations. Il aide à la prévention des maladies et donne une place de choix à l'auto-guérison du corps, du mental et de l'esprit humain ».

C'est un massage complet du corps à l'huile chaude. Tonique et appuyé ce soin traditionnel procure une détente profonde et durable en redonnant au corps son énergie vitale.

Déroulement du cours

- Théorie générale du massage
 - Explication des origines de ce soin, de ces influences
 - Contre indications

- Questions / Réponses

- Passage à la pratique

- Application de l'huile chaude
- Maîtrise de chaque geste, décomposition
- Etude du modelage par partie du corps
- Evaluation par séquence
- Enchainements des gestes
- Gestion du souffle

- Travail du positionnement du corps du praticien
- Adaptation à la morphologie de chaque client
- Evaluation complète en fin de module

SAVOIR-FAIRE

1. Intégrer les postures propices à un massage de qualité et à la future santé du masseur.
2. Maîtriser les gestes de base du massage : points de pression, lissage, étirements, enveloppement, unification
3. Apprendre le massage par partie du corps
4. Utiliser différentes parties du corps pour masser
5. Suivre les précautions d'usage, s'adapter à la morphologie du client
6. Créativité et intuition

SAVOIR-ETRE

1. Gérer les remontées émotionnelles
2. Respect du client
3. Se préparer avant : tenue, accueil, ambiance, huiles de massage...
4. Gérer sa respiration
5. Conclure et accompagner après