



## PROGRAMME DE FORMATION

### MASSAGE AYURVEDIQUE

**Date du stage :** Nous contacter

**Durée du stage :** 3 jours – 24h

**Horaires :** de 9h à 13h et de 14h à 18h

**Lieu :** 2 rue de l'Eglise – 43770 CHADRAC

**Public concerné :** Toute adulte en activité lié au bien être ou pour les personnes faisant une reconversion professionnelle ou personne exerçant une activité de coiffure.

**Prérequis :** Accessible à tous    **Nombre de participants maximum :** 12    **Coût horaire moyen par stagiaire :** 25,41 €

#### DEMARCHE ET MOYENS PEDAGOGIQUES

La pédagogie sera active et participative. Elle alternera :

- Les apports d'informations théoriques de l'animateur ainsi que les démonstrations
- Les ateliers pratiques et mise en situation par groupe de 2
- Les outils et produits théoriques de l'animateur ainsi que les démonstrations
- Un cahier de cours avec des photos, des schémas et des textes explicatifs est fourni pour la formation

#### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

Acquérir un protocole efficace permettant d'améliorer la circulation, de tonifier le muscle et d'apporter détente et bien être à sa clientèle.

Il permet au stagiaire de proposer une prestation en réponse à l'exigence de la clientèle en termes de technicité et de nouveauté.

#### OBJECTIFS OPÉRATIONNELS ET ÉVALUABLES :

A l'issue de la formation, le stagiaire est capable au terme de la formation d'exécuter un protocole complet associant, lissages, pétrissage et effleurage de chaque partie du corps.

#### SANCTION DE LA FORMATION :

Au terme de la formation, le formateur procédera à l'évaluation permettant de déterminer si la technique est acquise et remettra une attestation de formation en fonction des résultats obtenus.

## CONTENU DE LA FORMATION

Accueil des participants.

Présentation du formateur et des participants.

Présentation du déroulement du stage.

#### Jour 1

- Origine du Massage Ayurvédique
- Bienfaits du massage
- Cadre légal de pratique.
- Code déontologique du praticien.
- Précautions et contre-indications.
- Démonstration et Apprentissage : Module Massage Jambes  
Module Massage Ventre et bras
- Bilan de fin de journée avec chaque participant

## Jour 2

- Retour sur les travaux de la veille
- Démonstration et Apprentissage : Module Massage Dos et Jambes
- Révision en fin de journée (donner / recevoir)
- Mise en situation du stagiaire : Installation du client et mises en garde.

## Jour 3

- Retour sur les travaux de la veille
- Démonstration et Apprentissage : Module Massage Visage
- Révision en fin de journée (donner / recevoir)

Temps de mise en commun des ressentis, difficultés rencontrées et questions.

Bilan de fin de journée avec chaque participant

**Tests** : *Évaluation pratique de chaque participant et remise d'une attestation de suivi de stage à la fin de la journée.*