



PROGRAMME DE FORMATION

MASSAGE AYURVEDIQUE

Durée du stage : 3 jours – 24h **Horaires** : de 9h à 13h et de 14h à 18h

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** : 35 €

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.*