



ABHYANGA - Massage ayurvédique (Origine: Inde)

Le massage ayurvédique Abhyanga est issu de l'ayurvéda ou médecine ayurvédique indienne. C'est un massage à l'huile du corps entier à base d'effleurages, de pétrissages, de malaxages et de frictions. Il est à la fois rythmé, musculaire et profond. Il agit sur la peau, les muscles, les tissus graisseux, le squelette et les articulations.



à l'huile



sur table



dénudé



pression
3/5

Contenu de la formation

1-Prise en charge de la clientèle:

- Questionnaire de base.
- Questionnaire médical.
- Présentation de la technique utilisée.
- Contre-indication médicale.
- Technique de draping.

2-Anatomie et physiologie:

- Anatomie de base: le squelette, le système musculaire, le système sanguin, le système lymphatique.
- Le muscle
- Localisation des groupes musculaires (anatomie palpatoire).
- Pathologies et problèmes principaux rencontrés chez le client.

3-Protocole et pratique:

- Apprentissage du protocole de massage Abhyanga d'une durée d'environ 1H30.
- Techniques de pétrissages, lissages, de malaxages et d'effleurages.
- Connaissances des principes de bases de l'ayurvéda: les doshas (vitta, pitta, kapha).

Matériel fourni

- Huiles de massage (sésame).
- Livret de formation.
- Fiches de suivi pédagogique.

Tarif / Durée

Durée de la formation: 3 jours, 21H + 30H de pratique individuelle

Côté de la formation: 380€ (possibilité de paiement en 2 fois sans frais sur demande)

5% de réduction si vous parrainez une personne sur la même formation, offre valable pour le parrain et le filleul.

FIT'N ZEN - Arnaud PICARD

Centre de formation aux techniques de bien-être et du spa

Siège social: 12 rue sadi Carnot 76620 Le Havre

SIRET 51300156000012

Tel: 06 10 15 90 86

Mail: info@fitnzenpro.com

www.fitnzenpro.com