

Transfert de connaissances en massage Abhyanga

Description du massage Indien du corps, l'Abhyanga :

C'est un massage holistique traditionnel venant de l'Inde qui est la base de la médecine ayurvédique. « Abhy » vient du sanskrit signifiant « tout » et « anga » les parties du corps. Abhyanga est donc un massage Indien en profondeur des pieds à la tête qui favorise la circulation énergétique à travers les méridiens et les chakras.

Durée de la formation :

- 5 jours de formation de 9 h par jour soit 45 h

Dates :

- 4 au 8 mai 2019

Coût de la formation :

- 550 € pour 5 jours de formation (Possible de payer en 3 ou 4 fois)
- Le logement et les repas ne sont pas compris dans le prix de la formation.
- Le logement se fait sur place, voir le tarif sur un autre document

Lieu de la formation :

- Résidence belle plage, 41Bis Rue Anatole France, 85360 La Tranche-sur-Mer

Validation du séminaire par une attestation :

Une attestation vous est délivrée après le stage de 5 jours. La présence durant toute la durée du stage est obligatoire.

Objectif de la formation :

- Être capable de réaliser un massage Abyhanga sur une durée minimum de 75 min.
- Connaitre les bases de l'ayurvéda, les chakras, savoir se protéger, se nettoyer des énergies...
- Être formé au massage de haute qualité type spa de luxe
- Être initié tous les jours sur quelques bases de méditation, de yoga et auto-massage.
- Savoir développer votre ressenti et intuition dans les massages
- Connaitre quelques techniques pour repérer et libérer les tensions et nœuds musculaires

Moyen pédagogique mis en œuvre :

Délivrance d'un Livret détaillé sur :

- Théorie sur les bases de l'Ayurvéda dont : introduction sur l'ayurvéda, les doshas (autoquestionnaire), les chakras, les 5 éléments, les lignes d'énergies, sur les divers massages Indiens, les règles pour être un bon masseur, l'atmosphère du massage, etc...
- Déroutement des techniques du massage Abyhanga
- Une vidéo d'accompagnement au massage Abhyanga

Méthode pédagogique :

- Tous les jours, une heure de méditation, de yoga, de pranayama ou d'auto -massage est proposée.
- Les techniques du massage Indien sont montrées par petites séquences sur une personne

extérieure. Les participants pratiquent ensuite par binôme, l'enchaînement des gestes montrés. Ils expérimentent ainsi le ressenti en tant que donneurs, mais également en tant que receveurs. Les postures et les gestes des participants sont corrigés pendant leur pratique.

À qui s'adresse cette formation ?

- Toute personne motivée et désirant apprendre le massage traditionnel Indien
- Toute esthéticienne désirant se spécialiser dans le massage Indien et connaître les bases pour travailler dans un spa de haute qualité
- Toute personne sensible et/ou attirée par la détente, la relaxation et le massage bien-être
- Toute personne désirant se reconvertir dans les métiers de la relaxation
- Toute personne désirant développer son ressenti et sa clientèle
- Toute personne recherchant à faire un travail personnel sur elle-même

Pré-requis pour participer :

Aucun pré-requis n'est demandé

Participants :

Les groupes n'excèdent pas 10 personnes

Encadrement :

Amandine Fourcade : Je suis votre enseignante au cours de cette semaine. Je vous transmets l'art de vivre enseigné par l'Ayurvêda. Je partage avec vous les fruits de mes voyages en Inde de ces 15 dernières années, la méditation, le yoga, la compréhension et l'harmonisation des chakras, les lignes d'énergie, les Doshas, les cinq éléments.... Je vous enseigne le massage Indien tel qu'il est enseigné là-bas et que j'ai pratiqué et peaufiné au fur et à mesure de mes années de pratiques en massages. Mes formations en massage Indien, c'est un peu comme si l'Inde venait à vous. Plus que l'aspect physique du massage je vous apprend à ressentir les énergies et à écouter votre intuition.

Passionnée par les massages bien-être, je me suis naturellement dirigée (en 2000) vers les métiers de l'esthétique et de la relaxation. Attirée par les cultures et les techniques asiatiques, à l'âge de 19 ans (en 2004), j'ai continué mon apprentissage des massages en partant me former en Inde, en Thaïlande, en Indonésie, au Cambodge et au Sri Lanka. Durant ces 15 années, je me suis formée à l'étranger alternant l'hiver, les initiations aux massages, à la méditation, aux techniques énergétiques, au yoga et au tantra, et l'été, les emplois dans des établissements de luxe " les plus beaux spas du monde" et des centres thermaux en Espagne, France et Suisse. J'ai suivi de nombreuses formations en énergétique comme le reiki Usui (niveau 1& 2), en méditation (Vipassana, le théta healing, méditation transcendantale), en lithothérapie (niveau 1& 2), aux sons de guérison (bols chantants Tibétains appris en Inde et en Suisse), formation sur les mandalas (France), au tantra et au yoga (Thaïlande et Inde).

Aujourd'hui, j'ai le plaisir de partager mon expérience dans le domaine des massages, du yoga, de la méditation au cours de mes formations en massage ou dans les séminaires de jeûne thérapeutique.

J'interviens en tant qu'animatrice dans les séminaires de jeûne organisés par Éric Gandon (www.jeunerpoursasante.fr) pour accompagner les curistes à la méditation, au yoga, au développement personnel, à l'automassage, au mandala et je propose sur place mes massages. Puis deux mois pendant l'hiver, je continue mes voyages en Asie où je perfectionne mes techniques et connaissances dans le tantra, le massage, la méditation et le yoga. La richesse de mon expérience et de mes formations en massages relaxants pratiqués de par le monde ainsi que de mes formations en énergétique me permet de vous proposer des formations de massage de qualité.

- Les mains de l'ame-ondine
- numéro de siret : 4 85 111 645 /code APE : 9602B
- Activité principale déclarée au répertoire des métiers : esthétique/modelage

Contact pour plus de renseignements sur la formation :

- Amandine : 06. 32. 65. 30. 17
- page Facebook : les fées mains de l'ame-ondine
- damondine@gmail.com

