

Massage Ayurvédique Abhyanga

 *Formation Massage Ayurvédique Abhyanga – Soins d'Équilibre et de Renouveau*
Plongez au cœur de la tradition indienne avec cette formation dédiée au massage ayurvédique Abhyanga, un soin ancestral qui rééquilibre les énergies, détoxifie le corps et apaise l'esprit.

Ce massage complet à l'huile chaude, riche en gestes enveloppants, toniques et harmonisants, agit en profondeur sur les doshas (Vata, Pitta, Kapha) selon les principes de l'Ayurveda.

Vous apprendrez à adapter le soin selon la constitution de chaque personne, à ressentir l'énergie du corps et à créer un rituel de bien-être global.

La formation allie théorie des fondamentaux ayurvédiques, apprentissage du protocole complet (face antérieure et postérieure), et approche sensorielle et énergétique pour une pratique ancrée, consciente et personnalisée.

Un mot de la formatrice

"Ce soin est un véritable voyage vers soi. À travers cette formation, je vous transmets bien plus qu'un massage : une philosophie de vie, un art du toucher sacré, une invitation à ralentir et à écouter. Que vos mains deviennent un outil d'harmonie, et que votre cœur guide chacun de vos gestes."

— Leontina, fondatrice de l'École Léon du Bien-Être

Durée: 14.00 heures (2.00 jours)

Profils des apprenants

- Professionnel-le-s du bien-être (praticien-ne massage, spa, esthéticien-ne, naturopathe...)
- Professionnel-le-s de santé ou du soin corporel souhaitant élargir leurs compétences
- Personnes en reconversion vers les métiers du bien-être
- Toute personne passionnée par l'univers de l'Ayurveda et souhaitant apprendre un massage traditionnel

Prérequis

- Aucune expérience en massage n'est exigée, mais un intérêt pour les techniques de bien-être est recommandé
- Maîtrise de la langue française (oral et écrit) pour suivre les apports théoriques et les échanges
- Bonne condition physique pour pratiquer les gestes de massage au sol ou sur table

Accessibilité et délais d'accès

 Accessibilité

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap.

Leon Ecole du bien etre

40 rue
92500 Rueil-Malmaison
Email : viovio_0505@yahoo.com
Tel : +33643322480



Merci de nous informer en amont pour que nous puissions adapter l'accueil et les modalités si besoin.
14 jours

Qualité et indicateurs de résultats

La formation "Ayurvédique" de LEON École du Bien-Être vient d'être lancée. Les premières sessions sont en cours.

Conformément à notre engagement qualité (Qualiopi), nous publierons prochainement les indicateurs suivants :

Taux de satisfaction

Taux de validation des compétences

Taux de présence

Retours à froid (3 mois après)

🔄 Ces données seront mises à jour dès la clôture des premières sessions, afin de garantir une information claire et fondée sur l'expérience réelle de nos apprenants.

Objectifs pédagogiques

- Connaître les bases de l'Ayurveda et le rôle des doshas.
- Comprendre les bienfaits du massage ayurvédique.
- Apprendre les gestes et manœuvres du protocole Abhyanga.
- Réaliser un massage complet du corps à l'huile chaude.
- Adapter le massage aux besoins de la personne.
- Respecter les règles d'hygiène et de confort du client.
- Mettre en place un cadre professionnel et bienveillant.

Contenu de la formation

- 📅 Jour 1 – Fondements et 1ère partie du protocole Matinée :
 - Accueil des participants, présentation de la formatrice et des objectifs
 - Tour de table et test de positionnement
 - Introduction à l'Ayurveda : origines, philosophie, les 5 éléments
 - Bienfaits du massage ayurvédique sur le corps et l'esprit
 - Présentation des huiles ayurvédiques : propriétés et choix selon les doshas et les saisons
- Après-midi :
 - Démonstration de la face antérieure du protocole (jambes, ventre, bras, visage)
 - Pratique en binôme sous supervision
 - Débrief collectif et corrections techniques
- 📅 Jour 2 – Approfondissement et intégration du protocole Matinée :
 - Révision des points clés de la veille
 - Démonstration de la face postérieure (dos, jambes, nuque, crâne)
 - Pratique en binôme avec rotation des rôles
 - Focus sur les points énergétiques et les manœuvres spécifiques
- Après-midi :
 - Réalisation du protocole complet (en autonomie guidée)
 - Rituel d'ouverture et de fermeture du soin
 - Évaluation finale (pratique + QCM)

Leon Ecole du bien etre | 40 rue Rueil-Malmaison 92500 | Numéro SIRET : 95259667400020 |

Numéro de déclaration d'activité : Enregistré sous le n°11756749475 (auprès du préfet de région de : auprès du préfet de région : Ile de France)
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

Leon Ecole du bien etre

40 rue
92500 Rueil-Malmaison
Email : viovio_0505@yahoo.com
Tel : +33643322480



- Remise des certificats et clôture du stage

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

 Description de l'équipe pédagogique

La formation est animée par Leontina Florea, fondatrice de Léon École du Bien-Être, consultante diplômée en esthétique (niveau 4) et formatrice certifiée.

Spécialiste des soins corporels, esthétiques et ayurvédiques, elle conçoit des protocoles sur mesure et accompagne les apprenants avec une pédagogie humaine, sensorielle et professionnelle.

Leontina est formée aux techniques du bien-être à l'échelle nationale et internationale, et justifie de plus de 5 ans d'expérience dans des spas haut de gamme, instituts de beauté et centres spécialisés. Elle transmet aujourd'hui son expertise à travers des formations exigeantes et inspirantes, accessibles à tous les profils motivés.

Moyens pédagogiques et techniques

- Un support pédagogique complet imprimé et/ou numérique (théorie, protocole, illustrations)
- Des démonstrations en direct réalisées par la formatrice
- Des outils d'apprentissage sensoriels (huiles, fiches doshas, cartes d'harmonisation)
- Un espace d'échange pour poser des questions et approfondir les notions
- Matériel mis à disposition : tables de massage, huiles végétales, linge, lingettes, accessoires de soin

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Une feuille d'émargement signée par demi-journée (stagiaire + formatrice)
- Un test de positionnement en début de formation
- Des échanges réguliers, retours personnalisés et ajustements selon le niveau de chacun
- Une fiche de présence conservée dans le dossier pédagogique
- ✓ Évaluation des acquis et des résultats
- Un QCM de fin de formation portant sur les notions théoriques vues en cours
- Une mise en situation pratique : réalisation du protocole complet sous l'œil de la formatrice
- Une grille d'évaluation avec critères techniques, posturaux, relationnels et énergétiques
- La remise d'un certificat de réalisation pour les stagiaires ayant validé les acquis

Prix : 590.00