PRATICIEN AYURVÉDIQUE

PARCOURS PROFESSIONNEL EN PRÉSENTIEL | SESSION 2027–2028

Comprendre · Pratiquer · Conseiller · accompagner

Une immersion progressive dans l'Ayurveda

Quatre modules répartis sur l'année pour comprendre une personne selon les principes ayurvédiques, pratiquer les massages traditionnels, conseiller en alimentation et hygiène de vie, puis construire un accompagnement personnalisé dans le cadre du bien-être.

FORMAT	VOLUME	EFFECTIF	TARIF
4 modules en présentiel	154 h + 246 h de travail personnel	6 participants maximum	4 500 €

Une pédagogie fondée sur la pratique

Les notions théoriques sont prolongées par des ateliers, des études de cas, des exercices en binôme et des mises en situation. L'espacement des modules permet de consolider les acquis et de progresser à chaque étape.

À qui s'adresse le parcours ?

- Personnes en reconversion souhaitant acquérir une base professionnelle solide dans le bien-être.
- Professionnels du massage, du yoga, de la naturopathie ou de l'esthétique souhaitant personnaliser leurs accompagnements.
- Personnes passionnées souhaitant découvrir l'Ayurveda par une immersion structurée et concrète.

Prérequis : aucun. Les apprentissages débutent par les fondamentaux.

Calendrier de la promotion 2027–2028

MODULE	DATES	DURÉE
M1 — COMPRENDRE	20 au 24 septembre 2027	35 h
M2 — PRATIQUER	22 au 28 novembre 2027	49 h
M3 — CONSEILLER	24 au 28 janvier 2028	35 h
M4 — ACCOMPAGNER	27 au 31 mars 2028	35 h

Inscription au parcours complet : la promotion progresse ensemble sur les quatre modules.

MODULE 1 — COMPRENDRE

Les fondamentaux de l’Ayurveda

35 heures · 20–24 septembre 2027

Acquérir une grille de lecture ayurvédique : observer l’individu, comprendre son terrain et distinguer constitution et déséquilibre.

JOUR	PROGRAMME
Lundi	Origines et histoire ; Pancha Mahabhuta (cinq éléments) ; vingt Gunas.
Mardi	Vata, Pitta, Kapha : qualités, fonctions, manifestations ; observation de profils en binôme.
Mercredi	Agni et ses quatre fonctionnements ; Ama ; Dhatus, Malas et introduction aux Srotas.
Jeudi	Prakriti et Vikriti ; constitutions mixtes ; questionnaire et lecture en binôme.
Vendredi	Étude de cas, restitution du raisonnement, correction collective et révision.

Objectif pédagogique

Comprendre les bases de l’observation ayurvédique et les principaux concepts physiologiques traditionnels.

MODULE 2 — PRATIQUER

Massages et thérapies corporelles ayurvédiques

49 heures · 22–28 novembre 2027

Développer la précision, la fluidité du geste, la connaissance des protocoles et l'adaptation des soins dans le respect des précautions.

JOUR	PROGRAMME
Lundi	Snehana ; choix des huiles ; préparation et posture ; indications et contre-indications ; Shiro Champi.
Mardi à jeudi	Padabhyanga et bol Kansu ; protocole Abhyanga : jambes, dos, ventre, buste, bras, mains, visage, crâne ; pratique corrigée en binôme.
Vendredi	Mukha Abhyanga ; Shirodhara ; Udvartanam : mise en place, précautions et protocoles.
Samedi	Pinda Sveda : confection des pochons et massage ; Kati Basti : préparation et bain d'huile localisé.
Dimanche	Évaluation des savoir-faire pratiques.

Objectif pédagogique

Pratiquer les protocoles enseignés avec rigueur, sécurité et une gestuelle adaptée.

MODULE 3 — CONSEILLER

Nutrition, hygiène de vie, plantes et tisanes

35 heures · 24–28 janvier 2028

Transformer les fondamentaux en recommandations de bien-être adaptées à chaque profil.

JOUR	PROGRAMME
Lundi	Agni, qualité et rythme des repas ; six saveurs (Shad Rasa) ; lecture d'une assiette.
Mardi	Alimentation selon Doshas et Agni ; Pathyas et Apathyas ; construction d'une journée alimentaire.
Mercredi	Épices, plantes, infusions et décoctions ; précautions ; ateliers de tisanes selon profils et saisons.
Jeudi	Dinacharya et Ritucharya ; hiérarchisation des conseils ; étude de cas complète.
Vendredi	Mise en situation de consultation ; présentation des conseils ; limites et orientation médicale.

Objectif pédagogique

Construire et présenter des conseils simples, personnalisés et adaptés au champ du bien-être.

MODULE 4 — ACCOMPAGNER

Construire un accompagnement personnalisé

35 heures · 27–31 mars 2028

Relier observation, bilan, alimentation, hygiène de vie et soins pour proposer un programme cohérent.

JOUR	PROGRAMME
Lundi	Structurer un entretien, recueillir les informations et pratiquer en binôme.
Mardi	Synthèse ayurvédique ; identification des priorités et choix des outils.
Mercredi et jeudi	Programme personnalisé : alimentation, tisanes, routines, huiles et soins ; études de profils et corrections.
Vendredi	Étude de cas finale, restitution du programme et validation des acquis.

Objectif pédagogique

Conduire un entretien et restituer un programme d’accompagnement complet.

Compétences acquises à l'issue du parcours

- Comprendre les principes de l'Ayurveda, les Doshas, Agni et Ama.
- Identifier des tendances constitutionnelles et des déséquilibres simples.
- Proposer des recommandations d'alimentation, de rythme de vie et de tisanes.
- Choisir des huiles et pratiquer Abhyanga et plusieurs soins corporels traditionnels.
- Construire un accompagnement de bien-être cohérent.
- Connaître les indications, contre-indications et limites de la pratique.

Ce qui est inclus

- 154 heures d'enseignement, ateliers et pratique accompagnée.
- Supports pédagogiques : manuels, fiches de protocoles et grilles d'analyse.
- Tables de massage, huiles et matériel professionnel durant la formation.
- Accès aux espaces de pratique sur les créneaux prévus.
- Évaluations, corrections individualisées et certificat de réalisation à l'issue des quatre modules.

Évaluation et cadre d'exercice

Les acquis sont vérifiés par des études de cas, des mises en situation, des évaluations pratiques et une validation finale. Le certificat de réalisation atteste du suivi de la formation ; il ne constitue pas un titre médical. Les activités envisagées relèvent du bien-être et ne remplacent pas un diagnostic ou un traitement médical.

Votre formatrice — Caroline Henry

Responsable pédagogique de Gayaveda Academy et directrice du Spa des Indes, formée en Inde auprès de médecins ayurvédiques il y a plus de 25 ans, elle enseigne l'Ayurveda depuis plus de 20 ans et accompagne des praticiens et établissements de bien-être.

Poursuivre vers le niveau Praticien Expert

Après l'immersion, possibilité de suivre une passerelle 100 % e-learning : diagnostic approfondi, nutrition individualisée, phytothérapie, gynécologie, obstétrique, pédiatrie, Panchakarma et Chikitsa Sutra.

PARCOURS	TARIF AFFICHÉ
Praticien Ayurvédique — 4 modules	4 500 €
Passerelle Expert — e-learning + accompagnement	1 700 €
Ensemble : immersion + passerelle	6 200 €

Informations pratiques

Lieu : Gayaveda Academy, 5 Le Chêne, 37460 Céré-la-Ronde. Hébergement non inclus. Contact : 06 11 44 17 36 · formationayurveda.fr