



MARMACHIKITSA

Science des points secrets

Ce stage unique de Yoga Chikitsa est conçu pour ceux désireux d'intégrer les principes ayurvédiques dans leur pratique du yoga. En cinq jours intensifs, vous apprendrez à guider des séances de yoga doux pour vata, pour pitta et pour kapha adaptées à l'équilibre des trois doshas, enrichissant ainsi votre expertise en tant que praticien du bien-être

OBJECTIFS GENERAUX

- Expertise accrue dans les techniques de soin ayurvédiques
- Diversification des compétences thérapeutiques avec la marmathérapie
- Capacité à offrir des traitements personnalisés et profonds

DATES DUREE ET COUTS PAR PERSONNE

- Du 3 au 7 juin 2024
- Durée 5 jours (35h)
- Tarifs 780 €

MODALITES PEDAGOGIQUES

Cours en présentiel

Attestation de suivi de formation

ORGANISATION DE LA FORMATION

Effectif maximum : 20 personnes.

Lieu de formation : Indre et Loire (37)

Horaires : de 9h à 12h30 et 14h à 17h30





CONTENU DE LA FORMATION

La théorie

Introduction générale à la marmathérapie

Classification des points marmas (nombre, structure, localisation, taille, pronostic vital en cas de blessure)

Fiche descriptive pour chaque point marmas

Technique de stimulation d'un point marmas

Gestion de l'intensité de la pression

Méthode de correction d'un point marmas en cas de blessure

Bienfaits de la stimulation des points marmas

La pratique

Techniques de stimulation des points marmas de la tête

Techniques de stimulation des points marmas des membres inférieurs et supérieurs

Techniques de stimulation des points marmas de la cage thoracique

Techniques de stimulation des points marmas du ventre

Techniques de stimulation des points marmas du dos

Massage marmas du corps entier permettant de relier tous les points marmas entre eux

APPRÉCIATION DE RÉSULTAT

Un certificat de réalisation de l'action de formation est remis à chaque participant à l'issue de la formation.



PROGRAMME QUOTIDIEN

	Matin	Après-Midi
Jour 1	Classification des points marmas (nombre, structure, localisation, taille, pronostic vital en cas de blessure)	Techniques de stimulation des points marmas de la tête
Jour 2	Fiche descriptive des points marmas situés sur les jambes et les bras	Techniques de stimulation des points marmas des membres inférieurs et supérieurs
Jour 3	Fiche descriptive des points marmas situés sur le buste	Techniques de stimulation des points marmas de la cage thoracique et du ventre
Jour 4	Fiche descriptive des points marmas situés sur le dos	Techniques de stimulation des points marmas du dos
Jour 5	Massage marmas du corps entier permettant de relier tous les points marmas entre eux	

VOTRE FORMATEUR : Dr Yadun Ramachandra



Docteur Ayurvédique titulaire du BAM'S et spécialiste en marmathérapie après avoir suivi sa formation sur plusieurs années auprès de différents maîtres en Inde. (Les cours sont traduits en Français).

Diplômé en Yogathérapie et en rééducation sportive.

Le Dr Yadun Ramachandra est issu de la famille Panackal qui a transmis sa sagesse et ses connaissances de génération en génération pour devenir réputée dans sa pratique de santé ayurvédique du sud du Kerala au cours des 120 dernières années.

INFOS PRATIQUES

HEBERGEMENT

Hébergement pour 2 personnes dans l'Ecolodge du Spa des Indes à 50 € la nuit/ personne ou partage de gîte entre étudiants pour diminuer les coûts. Liste fournie au premier jour de formation. Possibilité d'accueillir 2 chevaux supplémentaires si vous souhaitez venir avec votre compagnon.

REPAS

Le lieu de formation est uniquement dédié aux cours, les repas peuvent être pris dans votre gîte ou les différents restaurants situés à 10 minutes en voiture. Possibilité de pique-niquer à l'extérieur si vous prenez votre panier-repas.

TRANSPORT

Pour être autonome, l'idéal reste de venir en voiture ou de vous organiser en covoiturage avec les autres étudiants. La gare la plus proche est à Montrichard, à 10 minutes en voiture.

MATERIEL A PREVOIR

- 1 litre d'huile de sésame
- 2 grands draps de bain
- Du sopalin
- Notes personnelles

EVALUATION

L'évaluation pratique se fait en contrôle continu

DIDAXIS FORMATION – GAYAVEDA ACADEMY

SIRET : 792 779 456 00047

N° d'OF (NDA) : 11755912675

Adresse siège : 99 boulevard de la Reine, 78000 VERSAILLES

Gayaveda1@gmail.com www.formationayurveda.fr

Tél. 06. 11.44.17.36