



## MASSEUR BIEN ETRE EN AYURVEDA

**Durée** : 210h dont 120 heures e-learning, 80h présentiel et 10h visioconférence.

Tarifs : 1880€

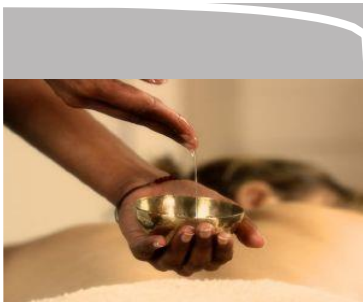
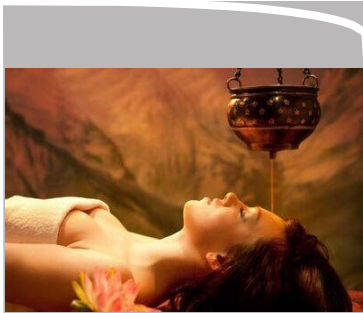
*Ce cursus vous permet de démarrer une activité professionnelle en tant que masseur bien-être ayurvédique pour pratiquer les massages et soins corporels les plus connus de l'Ayurveda.*

### OBJECTIF PEDAGOGIQUE

- Proposer des massages de bien-être ayurvédique pour la détente du corps et du mental.
- Proposer des soins spécifiques en réflexologie plantaire au bol kansu
- Situer et stimuler les points marmas du visage et du crâne pour calmer l'agitation mentale.
- Respecter les critères de la charte Pure Ayurveda pour exercer avec excellence.
- Découvrir, ressentir et mettre en pratique un savoir ancestrale dans le domaine du bien-être.
- Un programme axé sur la pratique avec l'apprentissage de différentes gestuelles de massages ayurvédiques, de techniques avec de l'huile pour le bien-être des muscles, de la circulation sanguine et lymphatique.
- Pratiquer le massage amincissant Udvartanam

NB : A la différence du parcours Spa Praticien Ayurvédique, le parcours de massothérapeute ayurvédique est allégé sur la pratique des soins car il ne comprend pas l'apprentissage des massages et soins pour le mal de dos, les douleurs et inflammations musculaires, ni le massage au sol avec les pieds, ni les cures spécifiques pour vata, pitta, kapha.

Ce parcours ne vous permet pas non plus de de suivre les travaux pratiques sur les fondamentaux et le diagnostic ayurvédique, ni de bénéficier de l'aide à la création d'entreprise et des connaissances sur la réglementation de l'ayurveda en France. Ce parcours est centré sur la pratique des massages et des soins ayurvédiques les plus couramment pratiqués.





### **Modalités pédagogiques**

Supports de cours théoriques et pratiques

Vidéos et audios pré-enregistrées à étudier en e-learning

Cours en présentiel sur les massages et les thérapies corporelles

Travail en duo et en groupe

Qualité professionnelle - Certification QUALIOPI

### **Moyens techniques**

- Salle théorie : Chaise avec tablette et paper board
- Salle pratique : salle de 30 m2 à 100 m2
- Apporter de quoi écrire ainsi que votre ordinateur
- La liste du matériel à prévoir pour les thérapies corporelles vous est communiqué au moment de la rentrée scolaire.

### **Suivi d'exécution**

- Feuille de présence par demie journée à signer électroniquement
- Evaluation en continue
- Attestation de suivi de formation

### **Public concerné**

- Professionnels de la santé et du bien-être
- Personne en reconversion professionnelle
- Etablissements de bien-être
- Centre de Thalassothérapie
- Professionnels de l'Ayurveda
- Professeurs de Yoga
- Toutes personnes dans une dynamique professionnelle

### **Appréciation de résultats**

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

### **Encadrement pédagogique**

La formation est assurée par des experts du domaine enseigné avec + de 20 ans d'expérience professionnelles.



## Programme

### Rentrée scolaire – en visioconférence

Présentation de l'école et de chacun des participants. Explications sur l'organisation pédagogique et sur les cours en présentiel (hébergement, transport...etc)

### Théorie en E-learning à votre rythme

- Introduction à l'ayurveda
- Philosophie
- Les 3 doshas
- Anatomie et physiologie ayurvédique
- Analyse d'une constitution doshique Prakriti
- Etudes des symptômes et des causes de déséquilibre des doshas

### Pratique en présentiel sur les massages et soins corporels ayurvédiques

#### Se professionnaliser

Concevoir et mettre en œuvre une séance de massage bien-être ayurvédique adaptée aux besoins du client  
+ Aménagement et équipement de l'espace de travail  
+ Accueillir, prendre en charge et fidéliser une clientèle  
+ Engagement Charte Qualité « Pure ayurveda »

#### Anatomie palpatoire

Notions fondamentales de physiologie humaine (musculaire, articulaire, nerveuse, circulatoire)  
Présentation de planches anatomiques  
Etat d'être du praticien  
Posture corporelle du praticien  
Techniques d'approche et ressenti palpatoire des différentes structures (peau, muscles, tendons, ligaments, os)

#### Massage Abhyanga

Massage complet du corps, explication des bienfaits, choix des huiles, gestuelles des pressions glissées, techniques d'enveloppement et adaptation du toucher, de la pression, du rythme au profil doshique.

#### Soin du visage et du cuir chevelu

Shiro champi, Shiro abhyanga, Soins kansa du visage, Marmas visage et crâne, Shirodhara

#### Soin des pieds

Padabyanga, marmas pieds, Kansu

#### Soin amincissant

Massage à sec Udvartanam



**CALENDRIER  
MASSOTHERAPEUTE AYURVEDIQUE**

<b>MODULE 1. LES PRINCIPES FONDAMENTAUX DE L'AYURVEDA</b>			
<b>Cours</b>	<b>Dates</b>	<b>Horaires</b>	<b>Suivi</b>
Rentrée scolaire en zoom	1 <sup>er</sup> mars 2025	9h30 à 12h	Visioconférence
Partie 1. Les fondamentaux de l'Ayurveda	50h en E-learning à votre rythme		
Partie 2. Le diagnostic ayurvédique	70h en E-learning à votre rythme		

<b>MODULE 2. LES THERAPIES CORPORELLES DE L'AYURVEDA</b>			
<b>Cours</b>	<b>Dates</b>	<b>Horaires</b>	<b>Suivi</b>
Partie 1. Se professionnaliser	5 mars 2025	9h à 12h30 et 14h à 17h30	Visioconférence
Partie 2. Anatomie palpatoire Massage Abhyanga Tridoshique	7,8,9,10,11 juillet 2025	8h à 12h30 et 14h à 17h30	Présentiel
Partie 3. SHIROCHAMPI - Massage Assis du cuir chevelu, de la nuque et des épaules SHIROABHYANGA - Massage du visage et des points marmas de la tête SHIRODHARA - Soins relaxants anti-stress à appliquer sous forme de filet d'huile sur le front PADABHYANGA KANSU – Réflexologie plantaire indienne et massage au bol kansu UDVARTANAM – Massage minceur à la poudre PINDA SVEDA – Massage aux poisons chauds EVALUATION des savoirs pratiques	13,14,15,16,17 Juillet 2025	8h à 12h30 et 14h à 17h30	Présentiel





## MODULES EN OPTION

### CURE AYURVEDIQUE – PARTIR EN INDE

#### **Vivre une Cure Ayurvédique 2j/2n en pension complète**

Prenez la place du curiste pour ressentir les bienfaits des thérapies corporelles que vous avez apprises lors de votre formation afin de vivre l'expérience de ce que vous proposerez ensuite professionnellement.

2 nuits en gîte de charme Ecolodge

1 accès privatisés au sauna finlandais et bain nordique

1 mini-cure Rasayana de 2h composée de 3 soins – abhyanga – kansu – pinda sveda

1 mini-cure Grand Calme de 2h composée de 3 soins – abhyanga – beauté du visage à l'huile de safran – shirodhara

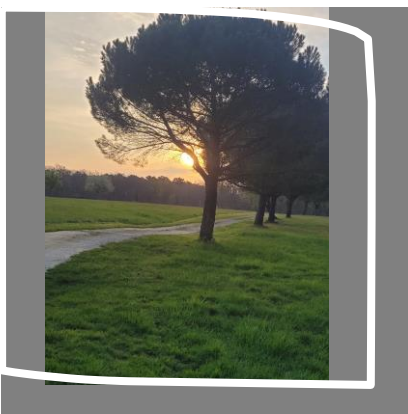
Arrivée à 17h la veille des soins et départ à 14h le dernier jour des soins

Solo 770 € pour une personne ou Duo 1250€ pour 2 personnes

#### **Partir en Inde – Stage clinique**

- Assister aux consultations ayurvédiques du Dr Yadun
- Visite d'un jardin botanique
- Visite d'une manufacture de remèdes ayurvédiques
- Visite d'un hôpital gouvernemental ayurvédique
- Formation au raktamokshana avec les sangsues – Hirudothérapie
- Formation aux thérapies avec les ventouses
- Formation Agni Karma
- Formation au bandage
- Formation en soin beauté et cosmétique ayurvédique
- Préparation de remèdes kashaya, phanta, tailam
- Préparation de cataplasmes pour les douleurs, les inflammations, les oedèmes

Tarif : 1560 € pour les 2 semaines en pension complète et en chambre partagée avec un (e) autre étudiant(e)



## 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.

### 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

#### Pour les thérapies corporelles :

- 5 litres d'huile de sésame
- 1 pot de ghee
- 2 grands draps de bain
- Un chauffe huile
- Un bol pour mettre l'huile à chauffer
- Un bol Kansu
- Du Sopalin

**Tout au long de la formation :** Un ordinateur portable

### EVALUATION

Vous êtes évalué(e) en continue lors de votre apprentissage

### CERTIFICATION

Le parcours de Massothérapeute Ayurvédique est reconnu par l'Etat dans le cadre de la formation professionnelle car il bénéficie de la Certification QUALIOPi de DIDAXIS et nécessite la signature de feuille d'émargement par demi-journée de formation pour attester de l'assiduité du suivi de formation.

### FINANCEMENT

Le parcours de Massothérapeute Ayurvédique est inscrit au CARIF et permet ainsi la prise en charge des frais de formation par Pôle Emploi ou un OPCO (Hors CPF) / Les frais de dossier non remboursables de 80 € sont à régler pour toute demande de prise en charge.



गुण्यवेदा  
ACADEMY



Caroline Henry en portage salarial chez DIDAXIS FORMATION

SIRET : 792 779 456 00047

N° d'OF (NDA) : 11755912675

Adresse siège : 99 boulevard de la Reine, 78000 VERSAILLES

[Gayaveda1@gmail.com](mailto:Gayaveda1@gmail.com) [www.formationayurveda.fr](http://www.formationayurveda.fr)

Tél. 06. 11.44.17.36