



ayurnatur formations



## FORMATIONS PROFESSIONNELLES




### FORMATION AU MASSAGE AYURVÉDIQUE ABHYANGA

[www.ayurnaturformations.com](http://www.ayurnaturformations.com)

Mise à jour le 09.03.2026



## Objectif du programme

-  Connaître les **bienfaits** et **contre-indications** du massage abhyanga.
-  **Maîtriser les propriétés des huiles** à utiliser en fonction des doshas
-  **Assumer** une posture corporelle adaptée au massage et à maîtriser son énergie avant, pendant et après le massage

**PUBLIC VISÉ**

&

**PRÉ-REQUIS**

Tout publique

Savoir lire, écrire et parler la langue Française

 **Type de formation**

**Formation en présentiel**

 **Nombre d'heures**

**40 heures de formation (5 jours)**

 **Dates**

**Du 27 Juin 2026 au 1<sup>er</sup> Juillet 2026**

 **Tarif**

**860€**

 **Nombre de stagiaires**

**10 stagiaires maximum**

## Modalités d'accompagnement des stagiaires et délais de réponse

Le stagiaire est invité à exposer toutes ses questions pendant le stage au formateur référent.

En plus un encadrement à distance est à la disposition du bénéficiaire tant sur le plan technique que pédagogique.

## Compétences et qualifications des personnes chargées d'assister le bénéficiaire de la formation

- KAISSE, Johanne est praticienne en massage ayurvédique depuis 2020. Elle possède plusieurs certificats en massage en ayurvéda.
- Son CV est disponible et téléchargeable sur le site [www.ayurnaturformations.com](http://www.ayurnaturformations.com) (onglet équipe pédagogique)

## Accessibilité aux personnes en situation d'handicap

Les personnes en situation d'handicap peuvent suivre la formation médiant un entretien préalable de validation avec la formatrice principale.

Les personnes en situation d'handicap sont invités à s'identifier lors du test de positionnement

AYUR NATUR FORMATIONS dispose d'une Référente Handicap

La personne en situation d'handicap reçoit dès son inscription à la formation un « livret d'accueil pour personnes en situation d'handicap »

## Modalités d'évaluation

Examen pratique du protocole de massage

## Moyens pédagogiques et techniques

- Support de cours écrit (50 pages)
- Matériel disponible : tables de massage, serviettes, chauffe-biberon, huiles
- Salle de pratique : salle de 220m<sup>2</sup> sur 3 plateaux
- Une liste de matériel à apporter est communiquée 30 jours avant le stage

## Modalités de contrôle de l'assiduité à l'action de formation

Fiche d'émargement par demi-journée

## Modalités et délais d'accès

Les stages se déroulent dans la région occitane résidentiel.

Les lieux exacts du stage sont communiqués au stagiaire dès l'inscription.



- **Module 0 : Maîtriser le programme de formation**

**Objectifs : Connaître les intervenants du stage, ainsi que le programme de formation**

- **Module 1 : Introduction**

**Objectifs : Comprendre les principes généraux du massage ayurvédique abhyanga et son adéquation au client**

- Résumé des pratiques : apprentissage des bienfaits et contre-indications du massage abhyanga, des propriétés des huiles thérapeutiques en fonction des doshas, ainsi que la posture corporelle et protection énergétique à adopter pendant le soin.

- **Module 2 : Apprentissage du protocole de massage complet par binômes**

**Objectifs : Être en capacité de réaliser un massage de 30 min à 1h30 de massage ayurvédique abhyanga**

- Résumé des pratiques : Shiro champi (cuir chevelu), kati Griva abhyanga (dos et cervicales), nabhi abhyanga (ventre), mukha abhyanga (visage), hasta abhyanga (bras et mains), pada Abhyanga (pieds et jambes).

- **Module 3 : Conclure la formation**

**Objectifs : Réaliser des mises en situation professionnelle avec les nouvelles connaissances et valider les acquis**