

PROGRAMME DE FORMATION

MASSAGE AYURVÉDIQUE

Formation professionnelle en présentiel • Marseille

Organisme	Well B. Formation	Modalité	Présentiel
Format	Formation pratique et théorique	Lieu	1 Impasse de la Sacomanne 13016 Marseille
Public	Professionnels et personnes en reconversion	Évaluation	Mise en situation pratique
Accessibilité	Adaptation étudiée selon les besoins	Validation	Attestation de réussite si acquis validés

1. Objectifs pédagogiques

- Identifier les principes essentiels, les indications, précautions et contre-indications du massage Ayurvédique Abhyanga.
- Accueillir et installer le bénéficiaire dans le respect des règles d'hygiène, de sécurité, de confort et de prise en charge.
- Adopter une posture professionnelle et une ergonomie adaptée afin de préserver le praticien.
- Réaliser les principales manœuvres enseignées : effleurages, frictions, digitopressions, pétrissages et vibrations.
- Maîtriser et enchaîner un protocole professionnel du corps complet d'environ 1 heure, sur les faces postérieure et antérieure.
- Adapter la pression, le rythme et la pratique au ressenti, au confort et aux besoins exprimés par le bénéficiaire.

2. Public concerné

Formation destinée notamment aux praticiens bien-être, professionnels du spa et de l'esthétique, professionnels du sport ou de secteurs connexes, ainsi qu'aux personnes en reconversion professionnelle souhaitant développer leurs compétences en massage bien-être.

3. Prérequis

Aucun prérequis technique spécifique n'est exigé. Une aptitude physique compatible avec la pratique du massage et le travail prolongé autour d'une table de massage est recommandée.

4. Compétences visées

- Préparer l'espace, la table, le matériel et les produits nécessaires à la réalisation du massage.
- Accueillir le bénéficiaire et recueillir les informations utiles avant la prestation.
- Repérer les situations nécessitant une adaptation ou une non-réalisation du massage.
- Appliquer avec précision les manœuvres enseignées sur les différentes zones du corps.
- Respecter la chronologie du protocole sur les faces postérieure et antérieure et construire une séance fluide et cohérente.
- Respecter les règles d'hygiène, de sécurité, de posture, de confort et de relation professionnelle.

5. Contenu et déroulement pédagogique

- Présentation du massage Ayurvédique Abhyanga : principes, approche globale, champs d'application et cadre professionnel.
- Hygiène, préparation de l'espace, installation sur table et accueil du bénéficiaire.
- Indications, précautions et contre-indications liées à la pratique.
- Ergonomie du praticien : placements, appuis, déplacements et prévention de la fatigue.
- Démonstration progressive et apprentissage des manœuvres : effleurages, frictions, digitopressions, pétrissages et vibrations.

- Apprentissage et pratique guidée de la face postérieure : dos et membres inférieurs.
- Apprentissage et pratique guidée de la face antérieure et des différentes zones prévues au protocole.
- Notions anatomiques utiles aux zones travaillées et repères nécessaires à une pratique sécurisée.
- Introduction aux notions de l'approche énergétique ayurvédique mobilisées dans le cadre de la formation et intégration dans la fluidité du protocole.
- Révisions, entraînement en binôme, enchaînement du protocole complet d'environ 1 heure et préparation à l'évaluation finale.

6. Méthodes pédagogiques mobilisées

- Apports théoriques ciblés.
- Démonstrations techniques réalisées par la formatrice.
- Apprentissage progressif et pratique majoritaire.
- Mises en situation et entraînement en binôme.
- Corrections individualisées et feedbacks tout au long de la formation.
- Supports pédagogiques et ressources de révision transmis aux stagiaires.

7. Moyens pédagogiques et techniques

- Salle adaptée à l'apprentissage pratique.
- Tables de massage, huiles et matériel nécessaires à la pratique du protocole.
- Supports pédagogiques remis ou mis à disposition du stagiaire.
- Vidéos du protocole et termes d'apprentissage permettant la préparation et la révision.
- Accompagnement direct par la formatrice durant les exercices pratiques.

8. Modalités de suivi et d'évaluation

- Positionnement et recueil des attentes en début de parcours.
- Observation continue pendant les exercices pratiques et corrections individualisées.
- Évaluation des acquis au moyen d'une mise en situation pratique en fin de formation.
- Critères observés : installation, hygiène et sécurité, posture du praticien, maîtrise des manœuvres, respect de la chronologie, fluidité du protocole, qualité des pressions, adaptation au bénéficiaire et professionnalisme.
- Recueil de la satisfaction du stagiaire en fin de formation.

9. Validation de la formation

Une attestation de réussite est délivrée lorsque les compétences attendues sont validées lors de l'évaluation finale.

En cas de non-validation : le stagiaire peut repasser l'évaluation. Le montant de la nouvelle évaluation est fixé à 150 €.

Après réussite : le stagiaire peut revenir gratuitement réviser la technique pendant les 12 mois suivant la validation, sous réserve de place disponible sur une session programmée.

10. Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Well B. Formation étudie les besoins spécifiques des personnes en situation de handicap afin d'identifier, lorsque cela est possible, les adaptations pédagogiques, matérielles ou organisationnelles nécessaires. Il est recommandé de signaler tout besoin d'aménagement en amont de l'inscription afin d'évaluer les solutions adaptées.

11. Informations pratiques

- Organisme de formation : Well B. Formation.
- Formation dispensée en présentiel à Marseille.
- La durée, les dates, les horaires, le tarif, l'effectif prévu et les modalités d'inscription sont communiqués sur la page de la formation, le devis et/ou les documents contractuels applicables.
- Le programme peut faire l'objet d'adaptations pédagogiques mineures selon le niveau du groupe, sans modifier les objectifs et compétences visés.

Document destiné à l'information du public sur le site internet de Well B. Formation.