

PROGRAMME PEDAGOGIQUE DETAILLE

Formation Massage Ayurvédique

Evaluation en interne : pratique sur modèle

TITRE DE FORMATION	FORMATION QUALIFIANTE : - Formation Massage Ayurvédique 21H Le massage ayurvédique abhyanga est une technique de massage traditionnelle indienne qui utilise de l'huile chaude pour détendre le corps et l'esprit. En appliquant des mouvements rythmés sur tout le corps, le massage abhyanga stimule la circulation sanguine, soulage les tensions musculaires, élimine les toxines et favorise l'équilibre énergétique. Il offre de nombreux bienfaits tels que la réduction du stress, l'amélioration du sommeil, le renforcement du système immunitaire, un bien-être global.
PUBLIC CONCERNE PRE-REQUIS	Ces formations sont ouvertes aux esthéticien(ne)s déjà diplômé(e)s au minimum du CAP esthétique cosmétique vente ou ayant passé le module anatomie.
PROGRAMME TYPE DE CHAQUE JOURNEE DE FORMATION	La journée comporte 7h de formation de 9H à 17H avec une heure de repas. Matin : Explications théoriques de la technique du jour et démonstration sur modèle et application sur binôme. Après-midi : Application de la technique en binôme et sur modèle.
SUPPORT PEDAGOGIQUE	Pour chaque formation un livret détaillé des techniques et remis à chaque stagiaire avec différents supports pour la prise de notes. Mise à disposition d'un vidéoprojecteur ainsi qu'un TNI pour la théorie. Mise à disposition du mobilier spécifique au soin et des produits nécessaires pour le bon déroulement de la formation.
FORMATEURS	Chaque formateur est diplômé dans le milieu de l'esthétique, formé à des techniques spécifiques complémentaires et travaille pour son propre compte dans ces différents domaines de compétence afin de garder un lien avec la mise en pratique sur clientèle.
TECHNIQUES ETUDIEES	
Jour 1 : Matin Séquence 1 : Théorie sur la technique du massage, remise et lecture du dossier pédagogique Mise en place de la prestation, Séquence 2 : Démonstration de la formatrice de la 1^{ère} partie du protocole. Séquence 3 : Pratique sous supervision pour maîtriser la technique de la 1^{ère} partie du protocole, Séquence 4 : La posture et la fluidité d'enchaînement Après-midi - Révisions et entraînement sur binôme et modèles extérieurs. Jour 2 : Matin Séquence 2 : Suite de la démonstration de la 2^{ème} partie du protocole. Séquence 3 : Pratique sous supervision pour maîtriser la technique de la 2^{ème} partie du protocole, Séquence 4 : La posture et la fluidité d'enchaînement	

Après-midi

- Révisions et entraînement sur binôme et modèles extérieurs.

Jour 3 : Matin

Séquence 2 : Fin de la démonstration et correction des 2 premiers jours.

Séquence 3 : Pratique sous supervision pour maîtriser la technique de l'ensemble du protocole.

Séquence 4 : La posture et la fluidité d'enchaînement

Après-midi

- Révisions et entraînement sur binôme et modèles extérieurs.

Toutes ses techniques visent à préparer le stagiaire à appréhender l'ensemble des techniques nécessaires du gommage et du massage tahitien. En situation clientèle. L'ensemble des séquences se fait en binôme et sous supervision du formateur.