

FORMATION ©

Du 19 au 20	Octobre	2013
Du 16 au 17	Novembre	2013
Du 7 au 8	Décembre	2013
Du 11 au 12	Janvier	2014
Du 8 au 9	Février	2014
Du 22 au 23	Mars	2014
Du 5 au 6	Avril	2014
Du 17 au 18	mai	2014
Du 14 au 15	Juin	2014

Une évaluation écrite et pratique
validera cette formation pour exercer
Professionnellement.

Horaires

de 9h à 12h et de 14h à 17h

Coût formation niveau I

Enseignement	1860 €
*Frais de formation	65 €
Adhésion	18 €

*les huiles, les plantes, le manuel de cours.

Lieu : Isère

Adresse totale communiquée à l'inscription.



FORMATEURS

Leila AMARA, praticienne et formatrice en Ayurvéda.

Diplômée en médecine Ayurvédique auprès d'enseignants occidentaux et médecins indiens. A étudié à l'Institut Européen d'études Védiques. Professeure diplômée de Yoga de l'école de Kundalini Yoga. Diplômée en Nutrition. Une vingtaine d'années d'expériences en formations. Études et recherches. Elle anime des formations certifiées, des stages, des ateliers.

Peter BROSIUS, Kinésithérapeute, Praticien hospitalier à la Pitié Salpêtrière, ergonomie, massage lymphatique, massage réflexe et d'autres méthodes. Toutes ces techniques thérapeutiques lui ont permis une approche globale du corps.

Docteur Jean ESTRANGIN, Médecin
et Ayurvéda.

Lyne ECORA, formatrice en communication,
coaching relationnel, pédagogie de l'adulte et de l'enfant.

Leela

Centre de Yoga et d'Ayurvéda

17 Côte de la Faure - 38470 Cognin les gorges

☎ 09 61 62 09 81 - 06 81 82 40 71

contact@centre-leela.fr - www.centre-leela.fr

Formation Praticien en Massage selon L'Ayurvéda

FORMATION CERTIFIÉE

NIVEAU I

9 modules

Octobre 2013- juin 2014



L'Ayurvédisme est Science, Philosophie et Art de vivre.

FORMATION niveau I ©

*Pour une reconversion professionnelle
Un acquis personnel
Un complément à votre activité.*

L'Ayurvédisme est le système de soins naturels le plus ancien connu au monde. Les écrits datant de plus de 5000 ans (les Védas) sont riches d'enseignements. Le monde occidental s'intéresse de très près à ces pratiques de santé naturelle variées et très pointues.

Cette discipline repose sur la science du Prana (force vitale). Elle se distingue des autres approches thérapeutiques en ciblant les soins sur l'étude de la constitution humaine (Prakriti). Cette connaissance se base sur l'observation des lois de l'univers et des éléments **éther, air, feu, eau, terre** liés au cinq sens dont l'homme est constitué.

Les cinq éléments se combinent dans le corps sous forme de **3 humeurs (Doshas)** :

Vata éther-air : le système nerveux, l'ouïe, le toucher

Pitta feu-eau : le système sanguin, la vue

Kapha eau-terre : le système lymphatique, le goût, l'odorat.

*Chaque personne est l'alchimie de ces trois forces
qui doivent s'équilibrer*

Un comportement inapproprié et de mauvaises habitudes alimentaires produisent des toxines dans le corps et déséquilibrent les humeurs (doshas).

Ces dysfonctionnements sont nuisibles pour la santé.

L'Ayurvédisme dispose de multiples méthodes de soins dont les **massages *ABHYANGA, les soins spécifiques, le Shirodhara et les Marmas** occupent une place capitale.

La FORMATION niveau I Massage *ABHYANGA

vous permettra d'apprendre et d'intégrer en douceur l'enseignement théorique et les méthodes pratiques.

A l'issue de cette formation, l'élève a les compétences requises pour commencer à exercer professionnellement et offrir des soins de qualité à ses clients.

Travail en duo, vous allez donner et recevoir plusieurs formes de massages *ABHYANGA en fonction des Doshas (humeurs) dominants.

Des soins réguliers *ABHYANGA agissent sur les plans physiques et subtils. L'élimination progressive des toxines : Vata, Pitta, Kapha équilibrent les trois doshas (humeurs).

***ABHYANGA : la totalité du corps est enduite avec de l'huile aux plantes sauvages.**

Formation NIVEAU II 2014 - 2015

Les Soins spécifiques :

VATA 1 semaine en Automne

PITTA 2 jours en été

KAPHA 3 jours début printemps

Formation NIVEAU III et IV 2016

stage clinique en Inde (Kerala) ou en France

- Shirodhara

- Nidra ABHYANGA ©

- Acupuncture Ayurvédisme (les Marmas)



PROGRAMME (théorie et pratique)

Module I II III

- Histoire, origine et philosophie de l'Ayurveda.

Les bases de l'Ayurveda :

- Physiologie ayurvédisme.
- Examen de la constitution (Prakriti).
- Reconnaissance des déséquilibres du physique et du mental (Vikriti).
- Introduction à la pratique du massage.

Module IV : Le corps humain avec Peter Brosius

La fonction des différents systèmes :

sanguin, musculaire, lymphatique etc.

Ergonomie : les postures bénéfiques à adopter dans sa vie quotidienne et dans la pratique du massage.

Module V VI VII

Pratique de massage selon l'Ayurveda :

- Techniques de différents touchers.
- Techniques de massage en fonction des humeurs identifiées .

Module VIII + Suite module VII

- Massage à 4 mains.
- Automassage.
- Fonction de la force vitale (Prana) et son fonctionnement.
- Techniques de yoga pour assouplir le corps et accumuler de l'énergie avant les soins donnés.
- Composition d'huiles aux plantes sauvages adaptées aux constitutions
- Révision.

Module IX

Discussion autour de l'Ayurveda avec le Docteur Jean Estrangin.

Communication et accompagnement du client avec Lyne Ecora.

- Protocole de soin.

**Nous débutons chaque journée par
une
Séance de yoga.**

*Ces formations sont destinées à former des « Thérapeutes corporels en soins Ayurvédisme »
pour le Bien-être de leurs clients. Elle ne remplace pas un avis médical.*