

Massage Abhyanga

PROGRAMME DE FORMATION · FLORIANNE MAHDI

ORGANISATION

2 jours | 16 heures · 660 € pour la formation complète

Présentiel, individuel ou groupe · 8 heures pédagogiques par jour, hors pauses.

10 B rue François Adrien Boieldieu, 34500 Béziers

Dates : 23 et 24 novembre 2026 ; 25 et 26 janvier 2027.

Horaires détaillés et conditions pratiques précisés dans la convocation.

PRÉSENTATION

Découvrez un massage de bien-être à l'huile inspiré de la tradition ayurvédique. Avec Florianne, apprenez un enchaînement enveloppant, rythmé et adapté à une pratique professionnelle. L'accent est mis sur la posture, la qualité du contact, la coordination des gestes et le respect du confort de la personne, sans visée médicale.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Présenter le cadre et les caractéristiques d'un massage bien-être inspiré de l'Abhyanga.
- Préparer le poste, l'huile et l'installation dans le respect de l'hygiène.
- Réaliser les gestes fondamentaux avec rythme et ergonomie.
- Construire et réaliser un protocole complet en tenant compte des attentes.

PUBLIC

Professionnelles de l'esthétique et du bien-être, praticiennes en massage ou personnes en reconversion souhaitant développer une pratique de bien-être non médicale.

PRÉREQUIS

Comprendre le français et pouvoir participer aux exercices pratiques. Entretien préalable pour vérifier les besoins et l'adéquation du projet ; aucune compétence médicale n'est délivrée.

ACCÈS ET INSCRIPTION

Inscription après analyse des besoins et vérification des places disponibles. Contacter Eve In Com pour le délai applicable au dossier et à un éventuel financement ; une demande ne garantit pas une prise en charge.

ACCESSIBILITÉ

Les besoins spécifiques sont étudiés avant l'inscription afin d'évaluer les adaptations possibles du lieu et des modalités pédagogiques. Contact : Eve Mory, 06 85 60 93 85, contact@eveincom.fr.

Massage Abhyanga

PROGRAMME DE FORMATION · FLORIANNE MAHDI

DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

Jour 1 - 2 h · Repères et cadre de pratique

Origines et esprit du massage ; distinction entre tradition de bien-être et prise en charge médicale. Entretien préalable, précautions, consentement et préparation du poste.

Jour 1 - 2 h · Huile, contact et ergonomie

Choix et gestion de l'huile ; confort thermique, drapage et installation. Mobilité du praticien, transfert du poids du corps et gestes de base.

Jour 1 - 2 h · Apprentissage des premières séquences

Démonstrations et pratique guidée sur le dos et les membres inférieurs. Rythme, fluidité, pression adaptée et transitions.

Jour 1 - 2 h · Enchaînement et corrections

Assemblage des séquences apprises, répétition et ajustement de la posture. Retours du modèle et corrections individualisées.

Jour 2 - 2 h · Révisions et nouvelles séquences

Réactivation des acquis ; travail guidé sur les bras, mains et autres zones adaptées au protocole, dans le respect de la pudeur.

Jour 2 - 2 h · Continuité du protocole

Coordination des gestes, transitions et régularité du rythme. Ajustements en fonction du confort et des attentes exprimées.

Jour 2 - 2 h · Pratique du protocole complet

Réalisation accompagnée d'une séance complète ; gestion du temps, qualité du contact et fin du soin.

Jour 2 - 2 h · Évaluation et intégration professionnelle

Mise en situation observée, bilan des acquis et axes de progression. Présentation de la prestation et conseils de fin de séance.

MÉTHODES & RESSOURCES

Démonstrations par la formatrice, exercices progressifs et pratique supervisée. Retours individualisés, support pédagogique et grille d'observation. Organisation des modèles, du matériel et de la pratique confirmée avant la session.

ÉVALUATION

Positionnement initial et questions de vérification des connaissances. Observation des gestes, de la posture, de l'hygiène, de la communication et du respect du confort lors d'une mise en situation. Bilan individuel en fin de formation.

SANCTION DE LA FORMATION

Formation non certifiante : aucune certification RNCP ou Répertoire spécifique n'est annoncée. Une attestation de réalisation est remise à l'issue de la formation.