

SARL SAHLINI – 29 rue de la basse canterie 44120 VERTOU

PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE

En respect des articles L6353-1 et suivants du Code du Travail.

PERFECTIONNEMENT AU MASSAGE AYURVEDIQUE EXPERT VISAGE ET CORPS AVEC ADAPTATION AUX CAS CLIENTS

DURÉE : 16 heures (2 jours)

HORAIRES : 9h00-18h00

LIEU DE FORMATION : 4 route de bellevue - La Haie-Fouassière (44)

FORMATRICE : Létizia Lorenzi ou Shalini LEDOUX

TYPE DE SESSION : Présentiel

PRESENTATION DE LA TECHNIQUE :

Cette formation de perfectionnement permet aux praticiens d'approfondir la maîtrise du **massage ayurvédique esthétique visage et corps**, en développant une approche experte basée sur :

- l'analyse globale du client (peau, corps, état émotionnel)
- la capacité d'adaptation des techniques aux besoins spécifiques
- la personnalisation avancée des protocoles
- l'intégration de cas clients concrets rencontrés en institut

La formation met l'accent sur une **technique manuelle esthétique globale**, combinant :

- manœuvres drainantes
- gestuelles enveloppantes et harmonisantes
- techniques liftantes visage
- travail énergétique et rééquilibrage des doshas

LE BUT :

Permettre aux esthéticiennes de :

- perfectionner leur gestuelle en massage ayurvédique visage et corps
- développer une expertise dans l'adaptation des soins
- répondre efficacement à des problématiques clients variées
- proposer des protocoles personnalisés à forte valeur ajoutée

- améliorer la qualité de prise en charge et la fidélisation

La formation vise à **professionnaliser les rituels de soin du corps** pour qu'ils deviennent des outils puissants de transformation, tant sur le plan esthétique que sur le plan du bien-être profond.

TECHNIQUE ENSEIGNÉE :

Massage Ayurvédique Esthétique Expert Visage et Corps

Technique manuelle complète incluant :

- travail du corps (dos, jambes, bras, ventre)
- travail du visage, cou et décolleté
- manœuvres spécifiques selon les doshas
- adaptation des rythmes, pressions et intentions

LES MANŒUVRES :

Le massage ayurvédique esthétique visage et corps s'appuie sur la maîtrise et la combinaison de manœuvres codifiées, exécutées selon des critères précis de rythme, pression, direction et intention. Le praticien mobilise un ensemble de techniques comprenant : effleurages superficiels et profonds (mise en contact, prise d'information tissulaire), pressions glissées (travail circulatoire et énergétique), pétrissages (mobilisation des masses musculaires et assouplissement tissulaire), lissages (harmonisation et intégration du geste), ainsi que des manœuvres drainantes favorisant la stimulation des échanges et l'élimination des toxines.

Sur le visage, des techniques spécifiques sont intégrées : manœuvres liftantes, stimulantes et décongestionnantes, visant l'amélioration de la tonicité cutanée, de la microcirculation et de l'éclat du teint. Sur le corps, les gestes sont adaptés aux zones anatomiques (dos, membres, abdomen) afin d'optimiser la détente musculaire, la circulation et le relâchement des tensions.

Le praticien développe la capacité à ajuster en continu ses paramètres d'exécution (intensité, vitesse, amplitude, enchaînement) en fonction des observations issues du bilan ayurvédique (typologie doshique, état cutané, tensions corporelles, réactivité du modèle). Cette adaptation permet une personnalisation du protocole et garantit la pertinence et l'efficacité du soin dans un cadre professionnel. L'ensemble des manœuvres est réalisé dans le respect des règles d'ergonomie, de posture du praticien et de qualité du toucher, assurant sécurité, confort et efficacité

OBJECTIF PEDAGOGIQUE DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, le stagiaire aura acquis les objectifs suivants :

- la maîtrise technique précise des protocoles et gestes spécifiques du massage afin de garantir une application adaptée aux besoins individuels des clients ;
- la capacité à sélectionner et utiliser des outils, accessoires et produits en fonction des typologies de peau et des objectifs du soin ;

- les compétences professionnelles en relation client, notamment dans l'accueil, la préparation, l'adaptation du massage si nécessaire ;
- les connaissances de base en terme d'Ayurvéda.

PRÉ-REQUIS :

- Être majeur (pour les mineurs de plus de 16 ans ou personnes sous tutelle autorisation écrite du représentant légal).
- Être diplômé d'esthétique ou avoir un projet professionnel en lien avec le métier de Technicien Spa et Bien-être.
- Parler et comprendre la langue française.
- Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

PROFIL DES INTERVENANTS :

Intervenants expérimentés ayant une solide expérience dans le domaine de l'esthétique et de l'Ayurveda.

NOM DU RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE : Shalini LEDOUX

MOYENS PÉDAGOGIQUES :

- Apports théoriques
- Études de cas
- Mises en situation
- Méthode participative

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE DE LA FORMATION

JOUR 1 : EXPERTISE DU BILAN GLOBAL ET ANALYSE DES CAS CLIENTS

9h00 – 9h30 : Accueil

- Présentation de la formatrice et des participants
- Objectifs et déroulement de la formation

9h30 – 12h30 : Approche théorique avancée

- Rappels des principes ayurvédiques appliqués au visage et au corps
- Lecture globale du client :
 - observation de la peau
 - analyse corporelle
 - perception énergétique
- Identification des déséquilibres :
 - Vata, Pitta, Kapha
- Compréhension des problématiques clients en institut :
 - peau sensible / réactive
 - fatigue / stress
 - relâchement / manque de tonicité

12h30 – 13h30 : Pause déjeuner

13h30 – 17h00 : Études de cas et mise en pratique

- Analyse de cas clients concrets :
 - diagnostic global
 - définition des priorités
 - Construction de protocoles personnalisés
 - Choix des techniques et produits adaptés
 - Travail en binôme et restitution

17h00 – 18h00 : Questions / échanges

JOUR 2 : PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE ET INTÉGRATION PROFESSIONNELLE

9h00 – 9h30 : Accueil et retour sur la veille

9h30 – 12h30 : Perfectionnement du massage expert

- Révision des manœuvres fondamentales
- Apprentissage des techniques avancées :
 - enchaînement corps et visage
 - fluidité et rythme
 - adaptation des pressions
- Travail sur :
 - posture du praticien
 - respiration
 - qualité du toucher

12h30 – 13h30 : Pause déjeuner

13h30 – 17h00 : Mise en situation professionnelle

- Atelier tournant :

Chaque stagiaire :

- réalise un bilan global
- construit un protocole adapté
- effectue une séance complète sur modèle
- Adaptation en temps réel :
 - ajustement du soin
 - réaction du modèle
 - personnalisation
- Feedback personnalisé de la formatrice

17h00 – 18h00 : Clôture

- Évaluation finale
- Questions / réponses

SUIVI & ÉVALUATION DU STAGIAIRE :

- Une feuille d'émargement est signée par le stagiaire chaque demi-journée.
- Le stagiaire sera évalué sur la maîtrise de la technique tout au long de cette journée de pratique
- Un QCM d'évaluation en début et fin de formation sera rempli par le stagiaire.

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Méthode participative et active. La formatrice apporte un champ théorico-pratique afin de permettre aux stagiaires de se repérer dans les techniques d'application du massage indien Saraswati du ventre.

Le stagiaire applique les approches techniques sur un modèle. Il est contrôlé tout au long de la pratique par la formatrice, qui a pour objectif de lui apporter un geste juste, respectueux, fluide et adapté au modèle massé.

ACCESSIBILITÉ :

Nos formations sont généralement accessibles aux personnes en situation de handicap. Nous étudions au cas par cas toutes les situations de handicap afin d'envisager une intégration dans la formation. Dans le cas contraire, nous prévoyons une orientation vers des organismes appropriés.

MATÉRIEL NÉCESSAIRE :

- 1 paréo
- 2 grandes serviettes
- 1 petite serviette

- 1 paire de tongs ou claquettes

Tout le reste du matériel nécessaire pendant la formation est fourni par le centre de formation.

Notre équipe est mobilisée pour être la plus réactive possible afin de vous tenir informés et vous garantir le meilleur accueil dans le strict respect des conditions de sécurité sanitaire.

REPAS :

Le repas du déjeuner n'est pas inclus. Merci de prévoir votre repas ou de le commander sur place.

DOCUMENTS REMIS A L'ISSUE DE LA FORMATION :

- Livret pédagogique
- Attestation de formation

EFFECTIF MAXIMUM : 15 Stagiaires

Mise à jour le 01/06/2025 – Version 1