

Formation Massage Ayurvédique

¶ Catégorie : Massages Énergisants & Toniques

❖ Formation Abhyanga – Massage Ayurvédique Énergisant

Entrez dans l'univers vibrant de l'Ayurveda et découvrez un massage complet, fluide et énergisant qui stimule la circulation, réveille la vitalité et réharmonise les énergies du corps. Le protocole Abhyanga signé Léon École du Bien-Être allie puissance et douceur, rythme et profondeur.

C'est un soin de transformation : il ancre, détoxifie, revitalise et reconnecte le corps à son énergie vitale.

Une formation idéale pour les praticien(ne)s souhaitant éléver leur pratique, se différencier et offrir une expérience sensorielle d'exception.

❖ Ce que cette formation vous apporte

Un massage complet à l'huile chaude, tonique, rythmé et enveloppant

Une maîtrise énergétique des doshas (Vata, Pitta, Kapha)

Un savoir-faire professionnel différenciant et à forte valeur ajoutée

Une signature unique mêlant performance, ancrage et conscience

❖ Le Mot de la Fondatrice

« L'Abhyanga est un art du mouvement et de la lumière.

Dans ce massage, la main devient souffle, et le geste devient énergie.

C'est un soin qui dynamise autant qu'il recentre. »

— Léontina Floréa, fondatrice de Léon École du Bien-Être

¶

👉 Révélez votre énergie — Je m'inscris à la formation Abhyanga !

Durée: 14.00 heures (2.00 jours)

Leon Ecole du bien etre | 40 rue Pierre Brossolette Rueil-Malmaison 92500 | Numéro SIRET : 95259667400020 |

Numéro de déclaration d'activité : Enregistré sous le n°11756749475 (auprès du préfet de région de : auprès du préfet de région : Ile de France)

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

Leon Ecole du bien etre

40 rue Pierre Brossolette
92500 Rueil-Malmaison
Email : viovio_0505@yahoo.com
Tel : +33643322480



Profils des apprenants

- Professionnel·le·s du bien-être (praticien·ne massage, spa, esthéticien·ne, naturopathe...)
- Professionnel·le·s de santé ou du soin corporel souhaitant élargir leurs compétences
- Personnes en reconversion vers les métiers du bien-être
- Toute personne passionnée par l'univers de l'Ayurveda et souhaitant apprendre un massage traditionnel

Prérequis

- Aucune expérience en massage n'est exigée, mais un intérêt pour les techniques de bien-être est recommandé
- Maîtrise de la langue française (oral et écrit) pour suivre les apports théoriques et les échanges
- Bonne condition physique pour pratiquer les gestes de massage au sol ou sur table

Accessibilité et délais d'accès

& Accessibilité

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap.

Merci de nous informer en amont pour que nous puissions adapter l'accueil et les modalités si besoin.

14 jours

Qualité et indicateurs de résultats

La formation Ayurvédique de LÉON École du Bien-Être a été lancée en 2023.

Dans le cadre de notre engagement qualité et de notre certification Qualiopi, les indicateurs suivants seront prochainement publiés :

Taux de satisfaction des stagiaires

Taux de validation des compétences

Taux de présence et d'assiduité

Retours à froid (3 mois après la formation)

💡 Ces données seront actualisées à l'issue des premières sessions, afin de garantir une communication transparente, objective et basée sur l'expérience réelle de nos apprenants.

Objectifs pédagogiques

- Connaître les bases de l'Ayurveda et le rôle des doshas.
- Comprendre les bienfaits du massage ayurvédique.
- Apprendre les gestes et manœuvres du protocole Abhyanga.
- Réaliser un massage complet du corps à l'huile chaude.
- Adapter le massage aux besoins de la personne.
- Respecter les règles d'hygiène et de confort du client.
- Mettre en place un cadre professionnel et bienveillant.

Contenu de la formation

- 📅 Jour 1 – Fondements et 1ère partie du protocole Matinée :

- Accueil des participants, présentation de la formatrice et des objectifs
- Tour de table et test de positionnement
- Temps d'échange collectif en début de formation pour connaître les attentes et le niveau des participants.
- Questions/réponses tout au long de la formation pour favoriser la compréhension et la mise en pratique.
- Découverte des huiles ayurvédiques et de leurs propriétés
- Introduction à l'Ayurveda : origines, philosophie, les 5 éléments
- Bienfaits du massage ayurvédique sur le corps et l'esprit
- Indications, bienfaits et contre-indications du massage abhyanga
- Intégration du rythme, de la respiration et de la présence énergétique

Leon Ecole du bien etre | 40 rue Pierre Brossolette Rueil-Malmaison 92500 | Numéro SIRET : 95259667400020 |

Numéro de déclaration d'activité : Enregistré sous le n°11756749475 (auprès du préfet de région de : auprès du préfet de région : Ile de France)

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

Leon Ecole du bien etre

40 rue Pierre Brossolette
92500 Rueil-Malmaison
Email : viovio_0505@yahoo.com
Tel : +33643322480



- Après-midi :
 - Démonstration de la face antérieure du protocole (jambes, ventre, bras, visage)
 - Pratique en binôme sous supervision
 - Débrief collectif et corrections techniques
- ☰ Jour 2 – Approfondissement et intégration du protocole Matinée :
 - Révision des points clés de la veille
 - Démonstration de la face postérieure (dos, jambes, nuque, crâne)
 - Pratique en binôme avec rotation des rôles
 - Focus sur les points énergétiques et les manœuvres spécifiques
- Après-midi :
 - Réalisation du protocole complet (en autonomie guidée)
 - Rituel d'ouverture et de fermeture du soin
 - Évaluation finale (pratique + QCM)
 - Remise des certificats et clôture du stage
 - Feedbacks personnalisés après chaque séquence pratique pour améliorer la gestuelle et la posture.
 - Bilan collectif et individuel en fin de formation pour valider les acquis et partager les ressentis.

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

La formation est animée par Leontina Florea, fondatrice de Léon École du Bien-Être, consultante diplômée en esthétique (niveau 5) et formatrice certifiée.

Expertre reconnue en soins corporels, esthétiques et ayurvédiques, elle conçoit des protocoles sur mesure alliant technicité, énergie et sensibilité. Son approche pédagogique repose sur une transmission vivante, une écoute bienveillante et une exigence d'excellence professionnelle.

Formée en France et à l'international, Leontina partage son savoir-faire à travers des formations immersives et inspirantes, qui valorisent le toucher conscient, la maîtrise des techniques manuelles et la connexion à l'énergie du soin.

Moyens pédagogiques et techniques

- Un support pédagogique complet imprimé et/ou numérique (théorie, protocole, illustrations)
- Des démonstrations en direct réalisées par la formatrice
- Des outils d'apprentissage sensoriels (huiles, fiches doshas, cartes d'harmonisation)
- Un espace d'échange pour poser des questions et approfondir les notions
- Matériel mis à disposition : tables de massage, huiles végétales, linge, lingettes, accessoires de soin

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Une feuille d'émargement signée par demi-journée (stagiaire + formatrice)
- Un test de positionnement en début de formation
- Des échanges réguliers, retours personnalisés et ajustements selon le niveau de chacun
- Une fiche de présence conservée dans le dossier pédagogique
- ☐ Évaluation des acquis et des résultats
- Un QCM de fin de formation portant sur les notions théoriques vues en cours
- Une mise en situation pratique : réalisation du protocole complet sous l'œil de la formatrice
- Une grille d'évaluation avec critères techniques, posturaux, relationnels et énergétiques
- La remise d'un certificat de réalisation pour les stagiaires ayant validé les acquis

Prix : 590.00