



FORMATION AU MASSAGE AYURVÉDIQUE

Cette formation est ouverte à tous, elle n'a pas la prétention de faire de vous des masseurs professionnels, elle ne sera d'ailleurs validée par aucun diplôme ou certificat. Il s'agit surtout de vous faire partager ma passion et mon savoir-faire. Au-delà de la technique, je souhaite avant tout vous transmettre ce qui m'a été enseigné de plus précieux : une nouvelle approche de l'autre.

Le massage, un « don du bien-être » à la portée de tous...

La notion du « toucher » n'est pas très familière à notre culture occidentale. Ailleurs, pourtant, il est normal de se masser au sein d'une même famille, et ce à partir des tous premiers jours de la vie. Le massage est une pratique usuelle qui vient renforcer le bien-être psychique et corporel. Il est utilisé en complément de nombreuses thérapies et dans bon nombre de médecines préventives.

Avec le développement de ce que j'appelle « les thérapies du bien-être », il devient néanmoins de plus en plus courant d'aller se faire masser chez un praticien ou dans un institut.

Il est tout aussi naturel de pouvoir donner soi-même un massage à un proche, c'est ce que cette formation souhaite vous offrir.

Masser, c'est un véritable don à l'autre, c'est une autre manière de communiquer à travers la sensation du toucher.

Mes références :

J'exerce depuis 13 ans en tant que masseur confirmé au sein de centres ayurvédiques Parisiens. Je suis également thérapeute de cure ayurvédique (La ferme de Divali) et conseiller en Fleurs de Bach, agréé par la Fondation Bach (Nr. FRP 2010 -0312A).

Depuis 2005, j'exerce également à mon compte à Paris dans le quartier de la Bastille (www.masseur-ayurveda.com).

J'ai reçu une formation poussée au centre Tapovan de 1998 à 2005 en Massage Ayurvédique, Massage autour de la maternité, Ayurveda Chikitsa, Hata Yoga ainsi qu'une initiation à la Réflexologie avec Max Herter (Paris).



CONTENU DE LA FORMATION :

Je vous propose un enseignement où se mêleront théorie et pratique :

- Chaque séance de formation commencera par une petite pratique de yoga. Il s'agit là d'une indispensable préparation du masseur à l'atelier de massage, permettant de calmer le mental et de développer ainsi son attention et son énergie.
- Connaissances théoriques de base sur l'Ayurvéda, véritable philosophie et art de vivre. En Inde, c'est une science ancestrale holistique qui cultive l'art du bien-être. Nous verrons également quelle est la place du massage dans l'Ayurvéda, ses indications et contre-indications.
- Autres thématiques abordées : l'auto-massage, l'auto-discipline du masseur, le choix des huiles...
- La pratique se fera progressivement. Nous travaillerons sur une ou deux nouvelles parties du corps à chaque séance. L'initiation à l'Abyanga (massage du corps entier) viendra conclure le cursus et ne pourra se faire qu'après avoir suivi l'ensemble des autres ateliers.
- Les ateliers de massages seront organisés en binômes et les participants se masseront tour à tour. Chacun pourra ainsi pratiquer les gestes mais aussi recevoir le massage de sorte à bien en comprendre le ressenti.



INFOS PRATIQUES...

Lieu :

La formation se déroulera dans les locaux du
Centre Uma (Centre de massage, de yoga et de gyrotonique)
14 rue Choron - 75009 PARIS.
Accès : M° Notre-Dame des Lorettes – Anvers – Cadet – Poissonnière.

Calendrier 6 séances à raison d'un dimanche par mois :

- 12 février
- 11 mars
- 1^{er} avril
- 29 avril
- 13 mai
- 8 juillet

(sous réserve de modifications éventuelles).

Horaires de la journée :

9h30 / 12h30 et 14h00 /17h30

Repas :

Prévoir un pique-nique pour partager le repas sur-place (pas de possibilité de rechauffer les plats).

Matériel à prévoir :

- Une tenue souple et confortable
- Un linge de type drap ou paréo, sur lequel on peut s'allonger, ainsi qu'un linge de couverture (grande serviette de bain ou petite couverture). Le tout ne craignant pas les taches d'huile...
- Un tapis de sol type tapis de sol de camping ou de gym...
- Une paire de chaussettes de coton type tennis.
- Les huiles de massage seront fournies.

Prix de la formation :

- La journée de formation : **120 €**
- En cas d'inscription à la totalité de la formation : 110 € la journée (soit une réduction de 10 €) pour un total de **660 €**.
- Avantage couple : 220€/session ou **1320€** les 6.
- Ce prix ne comprend pas le repas de midi ni le transport.
- Possibilité de règlement en trois fois dans les trois mois qui suivent la première session.
- 10 participants maximum.



Inscriptions :

Les inscriptions se font par retour de la fiche d'inscription (à télécharger) et seront validées dès la réception d'un acompte de 30% du montant global par participant. La fiche d'inscription doit être postée à :

Olivier Wannebroucq au 15, rue des tournelles – 75004 Paris.

Pour tout renseignement :

Olivier Wannebroucq : 06 60 17 05 36

owannebroucq@gmail.com

<http://www.masseur-ayurveda.com>

Assurance :

En cas d'incident suite à la pratique d'un massage* engageant la responsabilité d'un ou de plusieurs participants, c'est l'assurance civile de chacun des participants engagés dans cet incident qui sera sollicitée. En aucun cas, la responsabilité du centre ou du formateur ne saurait être engagée sauf si celui-ci est à l'origine de l'incident. Dans ce cas c'est l'assurance civile ou professionnelle de ce dernier qui sera sollicitée.

A savoir pour le formateur : Olivier Wannebroucq.

Le Centre Uma par son gérant.

*Les techniques de massage proposées ne s'apparentent en rien à une discipline de thérapie médicale ou para-médicale et ne se substituent aucunement à une pratique ou un traitement conventionnel.

La seule vocation de ces techniques reste strictement limitée à la recherche du bien-être physique de la personne.