

**Module 1 Section 1 et 2 : Praticien.ne en Ayurveda****Financement**Formation professionnelle continue  
Non conventionnée / sans dispositif**Organisme responsable et contact**CENTRE AYURVEDA  
D'AQUITAINE  
Marie Léa Urcun  
06.18.74.02.14  
assmassayurvedic@gmail.com**Accès à la formation****Publics visés :**Demandeur d'emploi  
Jeune de moins de 26 ans  
Personne handicapée  
Salarie(e)  
Actif(ve) non salarié(e)**Sélection :**

Entretien

**Niveau d'entrée requis :**

Sans niveau spécifique

**Conditions d'accès :**

PSH Standard. Inscription au plus tard 15 jours avant le début de la formation.

**Prérequis pédagogiques :**

Pas de pré-requis.

**Contrat de professionnalisation possible ?**

Non

**Objectif de la formation**

- Devenir praticien et conseiller en Ayurveda - Connaître et reconnaître les Doshas et les cinq éléments - Savoir définir une constitution Prakriti - Identifier les Vrikiti - Savoir mener une consultation Prakriti - Comprendre le fonctionnement interne (anatomie ayurvédique) - Savoir conseiller en hygiène de vie et en hygiène alimentaire - Savoir utiliser les huiles ayurvédiques - Pratiquer les techniques des massages : Abhyangam, Padabhyangam, Bol kansu et Marma Shikitsa

**Contenu et modalités d'organisation****Section 1: Bases théoriques de l'Ayurveda : 8 jours • Présentation de l'Ayurveda • Définition et objectifs de l'Ayurveda • Les textes et traités fondamentaux • Les trois piliers de la vie • Les Panmahabutas : les 5 éléments • Etudes des Doshas et sous-doshas • Prakriti : constitution de naissance • Exercice pratique pour déterminer son Prakriti • Apprentissage et exercice pour la prise du pouls ayurvédique • Les Gunas : la constitution mentale • Anatomie ayurvédique : Dhatus, Upadhatus, Mala, Ojas, Srotas • Agni et le feu métabolique • Ama : les toxines et la prévention pour éviter Ama • Panchakarma : les traitements ayurvédiques Hygiène alimentaire et hygiène de vie • Dravyaguna : Gunas, Vyria et Vipaka. • Régimes alimentaires : Sattva, Rajas et Tamas • Règles de base de l'hygiène alimentaire • Ahara Prathyara : alimentation en fonction de la constitution • Ritucharya : le régime des saisons • Dinacharya : l'hygiène de vie SECTION 2 : Massage Abhyangam 6 jours • Présentation du massage • Indication et contre-indication • Usage des huiles • Matériel, hygiène et éthique du praticien • Apprentissage et pratique du massage Abhyangam et Padabhyangam avec le bol Kansu • Initiation à la Marmathérapie**Parcours de formation personnalisable ? **Oui** Type de parcours **Modularisé****Validation(s) Visée(s)****> Attestation de fin de formation****Et après ?****Suite de parcours****Possibilité de poursuivre son cursus afin d'étendre son savoir-faire en techniques de massage ayurvédiques. Plusieurs modules complémentaires sont proposés: Shirodhara, Nasya, Patra Pinda, etc. Nous contacter pour plus de renseignement.****Calendrier des sessions**

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00589513	du 26/07/2025 au 02/08/2025	Eysines (33)	CENTRE AYURVEDA D'AQUITAINE		Non éligible	FPC