



# SOLEIL D'OR

ASSOCIATION DE YOGA ET DE CULTURE INDIENNE  
146, Rue Raymond Losserand, 75014 Paris, Tél: 01.45.43.50.12 / 01.43.32.91.99.

## FORMATION MASSAGE AYURVEDIQUE

### MASSAGE INDIEN A L'HUILE

Le massage ayurvédique est basé sur le concept unitaire de l'être humain, selon la pensée indienne, l'homme doit chercher à maintenir l'équilibre et l'harmonie entre les différents corps ou enveloppes.

Anandamaya Kosha : L'enveloppe de félicité

Manomaya Kosha : L'enveloppe du mental

Pranamaya Kosha : L'enveloppe d'énergie vitale

Vijnanamaya Kosha : L'enveloppe de l'intellect

Anandamaya Kosha : l'enveloppe physique

Le massage avec différentes huiles aide à éliminer le désordre et/ou maintenir l'ordre entre les différentes enveloppes. L'ordre est le fondement de la santé. Ce massage favorise l'harmonisation des tridoshas (Vata - l'air, Pitta - le feu et Kapha - l'eau) dans le corps, élimine les tensions musculaires et nerveuses, améliore la peau et la circulation du sang, accroît l'énergie vitale (Le prana), procure une relaxation et apporte un bien-être. En Inde, le massage est une hygiène de vie qui commence à la naissance et continue tout au long de la vie.

### FORMATION ACCELERE EN MASSAGE AYURVEDIQUE :

Massage familial pour maintenir l'ordre

Massage spécifique pour éliminer les désordres

Connaissances théoriques de l'Ayurvéda

Formation sur 2 semaines à effectuer, 1 stage 1<sup>er</sup> degré (a ou b) et un stage 2<sup>ème</sup> degré (a ou b)

**1<sup>er</sup> degré** : massage familial relaxant pour maintenir l'ordre et connaissance théorique de l'ayurvéda

Stage 1 a : Dates du Samedi 29 septembre au Mercredi 3 octobre 2018

1 b : Dates du Lundi 10 au 14 décembre 2018

**2<sup>ème</sup> degré** : Massage spécifique pour éliminer les désordres et connaissance théorique de l'ayurvéda.

Stage 2a : pour ceux qui ont fait le stage 1. Dates du lundi 21 au vendredi 25 janvier 2018

**Horaires** : de 9h00 à 13h00 et de 14h00 à 18h00

**Frais de participation** : 470€ par session (Nombre de places limitée)

Prévoir une grande  
serviette

En fin de formation, une attestation sera délivrée aux participants qui auront terminé le cycle avec succès.

### **3<sup>ème</sup> degré** :

Stage 3a : pour ceux qui ont fait les stages 1 et 2. Dates du Lundi 18 au 22 mars 2018

**Horaires** : de 9h00 à 13h00 et de 14h00 à 18h00

**Frais de participation** : 470€ par session (Nombre de places limitée)

Prévoir une grande  
serviette

**LIEU : SOLEIL D'OR, 146, Rue Raymond Losserand, 75014 - PARIS.**

**INFORMATION ET INSCRIPTION auprès de ZACRIA: Tél: 06.20.48.37.74.**