

Formation certifiée

Praticien Wellness

Ayurveda Spa

p.3 Introduction

p.5 Objectifs

p.9 Modalités pratiques

p.12 Équipe pédagogique

p.15 Programme





Bienvenue

Le Centre Leela, créé en 1998, forme des professionnels en France et à l'international dans le domaine de l'Ayurveda :

- Thérapeutes en soins corporels Ayurvédiques et énergétiques,
- Naturopathes Educateurs de Santé,
- Conseillers Consultants.

Des formations reconnues par la Formation Professionnelle Continue (FPC), Pôle Emploi et Ayurveda en France.

Pour répondre à la demande de notre clientèle en quête de formation SPA, nous avons créé une nouvelle structure, nommée LOVEDA ACADEMY, dédiée spécifiquement à la mise en place de formations d'excellence en Wellness Ayurveda SPA.

En quoi consiste le métier de Praticien Ayurveda SPA ?

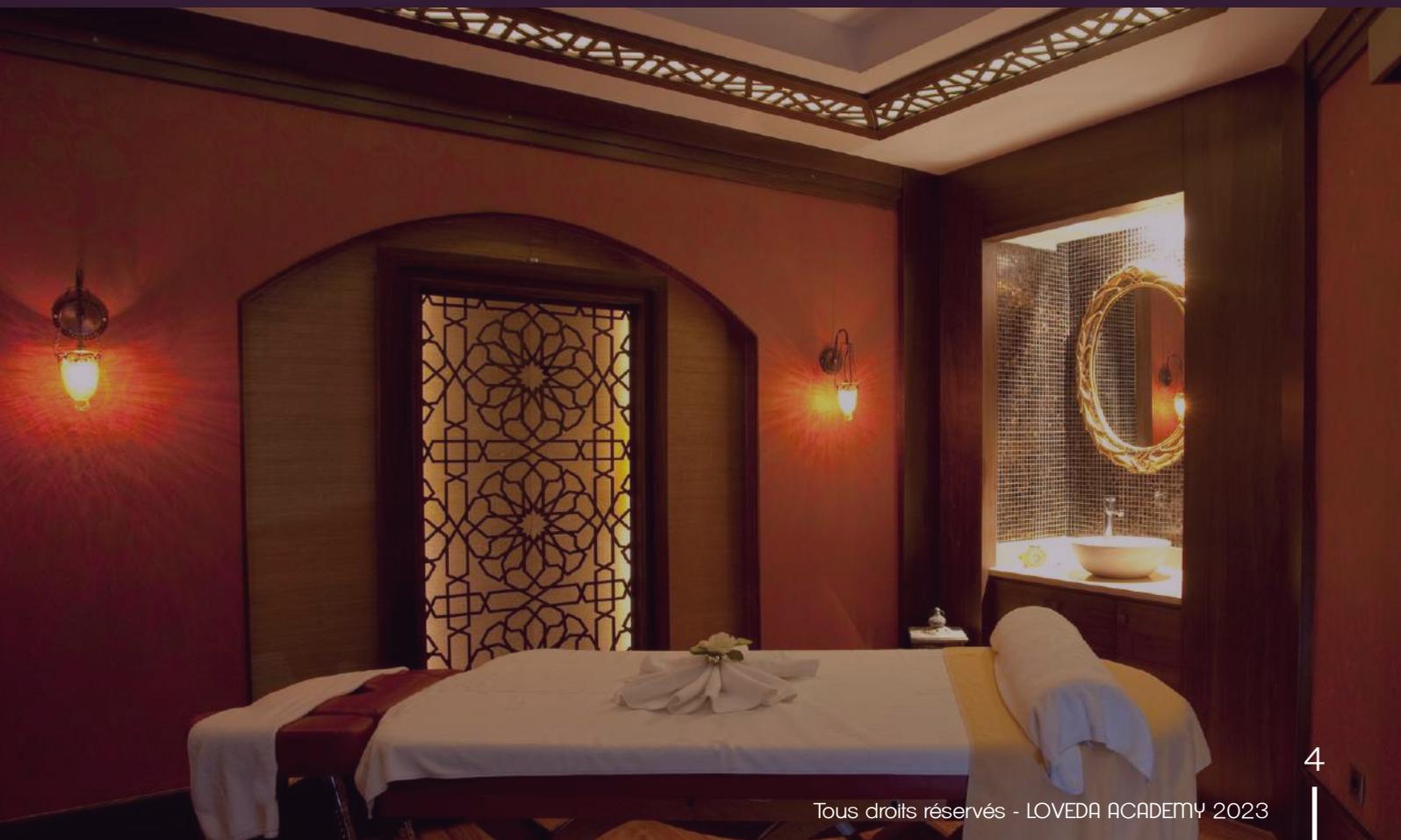
Tout en respectant la charte de déontologie, les règles d'hygiène et de sécurité dans le cadre des soins, le Praticien Ayurveda SPA (H/F) occupe un poste majeur dans les structures thalasso et/ou hôtels SPA ou en profession libérale :

- Il accueille la clientèle,
- Il conseille et pratique en matière de soins corporels Ayurvédiques Wellness,
- Il assure le suivi de la clientèle,
- Il se charge de la conception et du service des Healthy Juice and Herbals Tea et de Cooking Healthy SPA personnalisés.
- Il organise et agence la décoration des cabines de soin et de l'environnement SPA.

Nos Partenaires



Et autres encore...



Objectifs

Le titulaire (H/F) de la certification acquiert les compétences professionnelles polyvalentes le qualifiant à exercer autour de plusieurs axes :

- ✔ Accueillir et conseiller la clientèle
- ✔ Organiser son espace de travail
- ✔ Maîtriser les soins Wellness ayurvédiques
- ✔ Respecter les protocoles de soin et leur timing
- ✔ Évaluer la constitution personnelle et choisir les soins adaptés
- ✔ S'adapter aux marques des produits utilisés par le SPA
- ✔ Maîtriser l'utilisation des cosmétiques Ayurvédiques et savoir expliquer leurs bienfaits
- ✔ Respecter les règles d'hygiène et de sécurité
- ✔ Respecter la charte éthique et la déontologie dans le cadre des soins
- ✔ Savoir manipuler les appareils de SPA
- ✔ Confectionner les healthy juices & herbals tea SPA
- ✔ Confectionner les recettes healthy cooking SPA
- ✔ Décorer, agencer l'environnement SPA par les techniques du Vastu Shastra (feng-shui Indien)
- ✔ Savoir utiliser la CNV (Communication Non Violente), communiquer avec bienveillance
- ✔ Communiquer en anglais commercial de base
- ✔ Maîtriser les premiers secours - Module offert
- ✔ Construire et valider un projet professionnel
- ✔ Mettre en place des stratégies de marketing
- ✔ Réaliser les bases d'un business plan dans le cadre d'une création d'entreprise.

Le + de cette formation

Travail en petit groupe en présentiel encadré par des professionnels, accès à votre environnement numérique de travail (ENT) : téléchargement de vos cours, vidéos, replays, webinaires de révision, modalités pratiques de la formation, référencement sur notre site (réseau de professionnels wellness Ayurveda SPA) après certification et plus encore...

A l'issue de votre formation

Loveda Academy met en place, pour les stagiaires qui le souhaitent, une convention de stage professionnel de 1 à 4 mois avec nos partenaires Thalasso et Hôtels SPA en France ou à l'international.

Ce stage vous assurera une expérience enrichissante et un débouché possible vers un contrat de travail.

Les marques de produits cosmétiques s'intéressent à nous...

Présentation des vertus de produits de soins cosmétiques Ayurvédiques, leur composition et leur application dans le cadre des soins Wellness SPA.

Après votre formation

Nos formateurs restent à votre disposition pour répondre à vos interrogations et suivre votre progression.

Grâce à cette formation...

Grâce à cette formation hautement qualifiée, vous pouvez proposer un catalogue de soins bien fourni qui séduira votre clientèle ou votre futur employeur. Les acquis issus de cette formation vous permettront d'assurer aisément un poste de Wellness Praticien Ayurveda au sein d'une équipe SPA.. (Cf. Débouchés).





Débouchés

Sous la direction d'un Manager SPA, ou en tant que professionnel indépendant, le Praticien Ayurveda SPA (H/F) peut exercer dans une variété d'établissements en France et à l'étranger :

- ✔ Centres de bien-être et de remise en forme : ils sont des endroits où les clients viennent pour se détendre et améliorer leur santé et leur bien-être. Les praticiens en Ayurveda peuvent y offrir des services de massage et de thérapie ayurvédiques pour aider les clients à se détendre et à se revitaliser.
- ✔ Hôtels de luxe : ils proposent souvent des services de spa à leurs clients. Les praticiens en Ayurveda peuvent travailler dans ces établissements pour offrir des soins de bien-être à une clientèle haut de gamme.
- ✔ Spas indépendants : les praticiens en Ayurveda peuvent également travailler dans ce domaine qui offrent des services de spa à une clientèle locale.
- ✔ Domaines recevant du public : chambres d'hôtes, gîtes, locations insolites.
- ✔ Campings de vacances

En outre, les praticiens en Ayurveda peuvent également exercer dans des centres de yoga, des ashrams, des centres de retraite, des navires de croisières, des clubs de santé, des stations thermales, des centres de bien-être & remise en forme et d'autres établissements similaires, en France et à l'étranger.



Modalités pratiques

Nombre d'heures avec les formateurs : 256H

Travaux personnels : 200H

Stage professionnel pratique recommandé (optionnel) : 1 à 4 mois

Durée : 1 an

Dates : Voir sur notre site en annexe de cette brochure

Horaires : 9H - 13H et 14H - 18H

Lieu : Musée de l'eau, 5 place du Breuil, 38680 Pont en Royans, Isère (38).

Coût

Coût en auto-financement : 4 390 €

Stage optionnel Kobido Ayurvédique : +495 €

Possibilité de paiement en plusieurs mensualités sans frais.

Ce coût comprend :

- ✓ Enseignement théorique
- ✓ Enseignement pratique
- ✓ Frais de dossier
- ✓ Accès à l'ENT (Environnement Numérique de Travail)

Si prise en charge de votre formation par un organisme : 4 630 €

Notre centre est adhérent à



Notre centre est affilié





Hébergement

Liste fournie dès validation de votre inscription, comprenant : Hôtels, gîtes en auto-gestion, chambre d'hôtes, campings... La solution préférée par nos étudiants reste les gîtes en commun avec repas-partage.



Repas

Différents restaurants, snackings et supérettes se trouvent à proximité du lieu de formation, une carte est mise à votre disposition durant la formation. Des espaces pique-nique en extérieur sont disponibles si vous prenez votre panier-repas.



Pour qui ?

Formation tout public.



Prérequis

Être en bonne santé, motivation, patience, bienveillance, aimer le contact avec le public, aimer donner des soins.



Organisation pédagogique

Blended (Distanciel & Présentiel) ; travaux personnels ; mémoire de fin d'études.

+ Stage en milieu professionnel avec nos partenaires thalasso et hôtels SPA en France ou à l'international.



Moyens pédagogique

Supports de cours théorique et pratique tout au long de l'année. Tutoriel remis avant chaque formation.



Démarche pédagogique

Méthodes : Inductive, déductive, affirmative, interrogative, démonstrative.



Moyens techniques - Présentiel

Salle théorie : chaises, tableau, wifi, vidéo-projecteur, support de cours.

Salle pratique : Salle de 60 à 200m2 bien chauffée, matériel correspondant au module enseigné. Liste du matériel à fournir par le/la stagiaire en annexe de cette brochure.



Moyens techniques - Distanciel

Classes virtuelles Zoom dispensées par le centre. Il est demandé pour les cours en distanciel d'avoir une webcam et un accès internet pour les cours en visio-conférences.



Contrôle d'assiduité

Feuille de présence signée par demi journée.



Évaluation

Évaluation en continu, mémoire de fin de formation, évaluation de fin de stage professionnel



Encadrement

Le parcours de formation sera encadrée par des formateurs en Ayurveda et en soins corporels, affiliés au Centre et venant de l'extérieur. (Cf. l'équipe pédagogique citée ci-dessous). Tous nos formateurs et intervenants sont professionnels, diplômés et expérimentés.



Fin d'études

Indice de satisfaction, suivi post-formation : évaluation à 3 ; 6 ; 9 mois.



Leila Amara

Cofondatrice de l'institut Loveda Academy, directrice du pôle formation - Formatrice principale

Diplômée en médecine Ayurvédique auprès de praticiens indiens et occidentaux, j'enseigne depuis 25 ans au Centre Leela, j'ai formé plus de 1200 apprenant.es.

« J'intègre aujourd'hui l'institut Loveda Academy pour y dispenser des formations d'excellence en Wellness Ayurveda SPA. »



Catherine Richard

Cofondatrice de l'institut Loveda Academy, directrice du pôle administratif - Animatrice et assistante formatrice.

Après avoir été Responsable de boutiques haute couture durant plusieurs années, créatrice de bijoux en pierres semi précieuse, j'ai décidé de me reconverter dans le soin. Je me suis alors formée aux techniques de bien-être et collaborer à titre indépendant pendant dix années au centre Leela comme responsable administratif et animation de soins corporels en Ayurveda.

« Je rejoins aujourd'hui, l'institut Loveda Academy pour vous accompagner dans vos démarches administratives et en animation soins. »

L'équipe de LOVEDA ACADEMY sera accompagnée par plusieurs autres professionnels qualifiés et expérimentés...

Se former à Loveda Academy, c'est bénéficier de...

- ✔ Formation professionnalisante et certifiante.
- ✔ Équipe pédagogique professionnelle et expérimentée.
- ✔ Stage en Entreprise,
avec possibilité de contrats de travail en France ou à l'international.
- ✔ Ecole privée reconnue par Ayurveda en France et Pôle emploi.
- ✔ Possibilité de prise en charge dans le cadre d'un programme de financement institutionnel ou d'entrepreneuriat.
- ✔ Partenariat avec des Spas et des Centres Ayurvédiques.
- ✔ Module de Formation « installation professionnel » - OFFERT ! -
- ✔ Facilités de paiement : échéancier étalé sur 13 mensualités.
- ✔ Supports de cours en présentation powerpoint, tutoriels texte, visio replay.

27%

Ateliers Théoriques

73%

Ateliers Pratiques

100%

Présentiel : Stage Pro

et...

25 ANS

D'EXPÉRIENCE



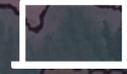
Les Fondements de l'Ayurveda



19 au 22 Septembre 2023



32h



En visio & replay

Objectifs

- Comprendre les origines de l'Ayurveda et les philosophies indiennes derrière cette science ;
- Savoir définir de façon approfondie l'Ayurveda, ses outils et sa portée ;
- Apprendre/maitriser les premières notions d'anatomie et physiologie ayurvédique, incluant la théorie des trois doshas (vata, pitta & kapha) ; les quinze sous doshas ; le feu digestif (agni) ; la notion de toxines (ama).

Ce module vous permettra de poser un diagnostic ayurvédique et d'adapter tous les soins en fonction.

Résumé du contenu

Découverte des origines de l'Ayurveda et introduction à l'anatomie et physiologie ayurvédique.

Les origines de l'Ayurveda : les six philosophies indiennes de vie, parmi lesquelles le Samkhya ; étude plus spécifique du Samkhya, des notions et des interactions entre les trois grandes qualités Sattva / Rajas / Tamas, les cinq éléments et les cinq sens dans la manifestation de la conscience dans la matière ; définition de l'Ayurveda, le but de l'Ayurveda, les huit branches de l'Ayurveda, l'Ayurveda d'aujourd'hui.

Anatomie et physiologie ayurvédique

Théorie des trois doshas : Vata, Pitta, Kapha et études des caractéristiques d'un individu Vata, Pitta, Kapha ; les vingt attributs et leurs effets sur les doshas ; la notion de constitution/prakruti et de l'état dévié/vikruti (les sept types de prakruti, le paradigme prakruti/vikruti, l'expression des gunas dans le prakruti et le vikruti), les sous doshas (sites, fonctions, direction, élément), le feu digestif/agni (attributs, fonctions, lien dosha/agni, quatre types d'agni, treize agni, le processus digestif vu par l'ayurveda) ; la notion de toxines/ama (caractéristiques, quatre origines principales, signes et symptômes d'ama dans les doshas, dhatus et les excréments).

Anatomie - Physiologie - Ergonomie

Posture du corps dans le travail

 30 Septembre 2023  8h  En visio & replay

Objectifs

- Les bases de l'anatomie physiologie
- Savoir ajuster sa posture lors des soins et travaux dans le SPA de manière à économiser et à protéger son corps.
- Application : avoir des connaissances suffisantes des positions anatomiques du corps humain.

Résumé du contenu

Planches anatomiques : position anatomique.

Système osseux : planches anatomiques du système osseux.

Système musculaire : planches anatomiques du systèmes musculaire.

Système cardio-vasculaire : planches anatomiques du système cardio-vasculaire.

Système lymphatique : planches anatomiques du système lymphatique.

Système reproducteur : planches anatomiques du système reproducteur.

Glandes endocrines : planches anatomiques des glandes endocrines.

Viscères : planches anatomiques des viscères.

Techniques d'ergonomie : postures justes dans le travail et dans le quotidien.

Déontologie & Charte éthique

Hygiène & Sécurité de la profession du praticien Ayurveda Spa (H/F)



9 Octobre 2023



1h



En présentiel

Objectifs

- Respecter l'authenticité des soins.
- Respecter le secret professionnel vis-à-vis de tout ce qui est confié lors de la pratique des soins.
- Exposer clairement la nature et les modalités des services proposés sans fausse représentation, ni publicité mensongère ou abusive, de façon à ne pas induire en erreur le client.
- Respecter l'intégrité physique et morale, la pudeur ainsi que l'intimité de la personne.
- S'abstenir de poser un diagnostic d'ordre médical.
- Respecter les normes d'hygiène, la désinfection du matériel et des locaux et respecter les normes de sécurité lors des soins.
« Ayurveda en France ».

Résumé du contenu

Enseignement de ce qui est indiqué dans les objectifs en théorie. En pratique, nous verrons notamment les techniques de désinfection du matériel, la sécurité lors des soins. Comment utiliser les huiles et les produits de soins de manière hygiénique. La désinfection des locaux.

Décor des cabines de soin Vastu Shastra - Feng shui Indien



9 Octobre 2023



1h



En présentiel

Objectifs

- Savoir aménager et décorer les espaces d'un SPA.
- Savoir harmoniser les énergies des lieux.

Résumé du contenu

Décorer et aménager les espaces d'un SPA en fonction de L'Ayurveda et du Vastu Shastra (Feng Shui Indien).

Le Vastu Shastra est un ancien système indien d'architecture et de design qui décrit les principes de conception des bâtiments et d'aménagement des espaces de manière à favoriser l'harmonie et le bien-être. Le mot « Vastu » signifie habitation et « Shastra » signifie connaissance ou science.

Selon le Vastu Shastra, chaque structure, qu'il s'agisse d'une maison, d'un bureau ou d'un temple, possède un champ énergétique spécifique qui affecte les personnes qui y vivent ou y travaillent. L'objectif de Vastu Shastra est de créer un équilibre harmonieux entre la structure, l'environnement naturel et les personnes qui l'occupent.

Certains principes clés de Vastu Shastra incluent :

Matériaux : Les matériaux utilisés dans la construction doivent être choisis en fonction de leurs propriétés et de leur capacité à favoriser l'énergie positive.

Couleurs : Les couleurs utilisées dans le bâtiment doivent être choisies avec soin pour créer un environnement harmonieux et équilibré.

Meubles et décoration : Le placement des meubles et de la décoration doit être soigneusement étudié pour maximiser le flux d'énergie positive.

Dans l'ensemble, l'objectif du Vastu Shastra est de créer un espace qui favorise le bien-être, la prospérité et le bonheur de ceux qui le fréquentent.

Utilisation des produits de soin



9 Octobre 2023



2h



En présentiel

Descriptif

Les produits Ayurvédiques sont issus d'un savoir millénaire, ils ont été élaborés par des Vaidyas Richis (Médecins et sages) pour le bien-être de l'humanité dans le but de préserver un bien-être et une bonne Santé.

Objectifs

- Savoir adapter les produits de soins (huiles et cosmétiques Ayurvédiques) en fonction des déséquilibres de la personne.
- Savoir utiliser des produits de soin pour la peau du corps, du visage et des cheveux.
- Savoir utiliser les produits de soin en fonction de la constitution de la personne et de la saison.

Résumé du contenu

Fabrication d'une huile Ayurvédique pour le corps, le visage, les cheveux et adaptée à la personne.
Présentation des produits Ayurvana.

Ayurveda Massage : Abhyanga Tridoshas



9 au 13 Octobre 2023



36h



En présentiel

Descriptif

Dans son ouvrage «Ayurvedic Beauty Care», Melanie Sachs, américaine, praticienne en Ayurveda, nous donne une idée de l'étendue des effets bénéfiques d'un massage bien fait et correctement adapté.

Vertus du massage intégral à l'huile végétale et herbes biologiques :

- favorise un beau lustre de la peau, tonifie et relaxe les tissus musculaires,
- nourrit la peau et donne de belles formes au corps,
- augmente la chaleur du corps et améliore la circulation, l'apport d'oxygène dans les tissus, élimine les déchets du corps,
- augmente la résistance du corps à la maladie en améliorant la défense immunitaire,
- rend le corps plus léger, actif et plein d'énergie,
- libère la rigidité dans les articulations, améliorant la posture et la grâce dans les mouvements,
- assouplit la colonne vertébrale, améliore l'influx nerveux dans les organes et les différentes parties du corps.

Objectifs

- Connaître les bienfaits et les contres indications de ce soin
- Maitriser les différentes techniques du massage Abhyanga
- Maitriser la fluidité et les enchaînements
- Donner un massage Abhyanga complet en 1 heure

Résumé du contenu

Observation sur modèle et travail pratique en binôme ou en trinôme ; Techniques de libération d'énergies négatives ; Techniques prâniques avant chaque soin donné ; Techniques de massage Abhyanga vata dosha, Abhyanga pitta dosha, Abhyanga kapha dosha ; Les bienfaits et les contres indications de ce massage.

Soins détox & amincissants Udvarthana , Garshan, Abhyanga Lavana



10 au 13 Novembre 2023



28h



présentiel

Descriptif des vertus des soins minceurs

UDVARTHANA

Le massage Udvarthana avec friction à sec est un soin amincissant, drainant. avec des fines poudres de céréale, d'épices Indiennes et/ou de plantes, particulièrement adaptées pour les personnes qui ont des déséquilibres de type Kapha (obésité, cellulite, rétention d'eau..), problèmes circulatoires. Ce soin respecte les trajets des vayus (mouvements dans le corps).

GARSHAN

Le soin Garshan est une technique Ayurvédique de gommage avec un gant en soie. Ce soin respecte le trajet des nadis. Il est particulièrement efficace pour le drainage et la détox. Vigoureux, il permet de retrouver une peau lustrée et douce, favorise une bonne circulation. Différentes poudres sont utilisées en fonction de la constitution de la peau de la personne.

LAVANA ABHYANGA

Massage à l'huile et Sel de roche de l'Himalaya , permet de gommer la peau, de la libérer des impuretés, permet une meilleure absorption des principes actifs des huiles et des minéraux contenus dans le sel de roche.

Objectifs

- Maîtriser les gestes justes, apprendre à faire un soin vigoureux.
- Maîtriser l'utilisation des poudres et des épices sur le corps.
- Connaître les contres indications de ces soins.
- Donner les soins Udvarthana, Garshan et Lavana Abhyanga en 1h chacun.

Résumé du contenu

Observation sur modèle et travail pratique en binôme ou en trinôme ; Techniques de libération d'énergies négatives ; Techniques prâniques avant chaque soin donné ; Techniques de massage Udvarthana, Garshan et Lavana Abhyanga adaptées aux doshas Vata, Pitta & kapha ; Contre indications.

Swarasa - Concept Loveda

Cuisine concentrée en énergie prânique



13 & 14 Novembre 2023



10h



En présentiel

Module 8 - HEALTHY JUICE & HERBAL TEA BAR SPA - 13 Novembre

Descriptif des vertus

L'extraction à froid des fruits et légumes reconnus par leurs richesses en antioxydant, minéraux, vitamines. Selon le résultat souhaité, nous pouvons réaliser soit des jus détox, désaltérant et fortifiant. Les vertus de certains thés et tisanes sont aussi une vraie usine à vitamines...

Objectifs

- Savoir conseiller les thés et tisanes personnalisés aux clients après les soins ;
- Confectionner des compositions de jus de fruits, de jus de légumes, de smoothies..
- Préparer diverses boissons lors d'une réception ou d' un événementiel marketing organisé par le SPA.

Résumé du contenu

Nous apprendrons à confectionner des compositions de jus de fruits, de légumes, de smoothies. Après le soin, servir une boisson personnalisée : détox ou désaltérante, hydratante, nourrissante, fortifiante.

Module 9 - HEALTHY COOKING SPA - 14 Novembre

Descriptif

Finir les soins par un repas diététique augmente l'efficacité de ces derniers.

Objectifs

Préparer une cuisine spécifique conçue pour les concepts SPA : plats chauds et froid personnalisés.

Résumé du contenu

Un SPA proposant une cuisine diététique personnalisée est un plus recherché par la clientèle. Notre école vous apprendra à réaliser des recettes simples adaptées au concept SPA.

Soins Jala Chikitsa Concept Loveda



15 & 16 Novembre 2023



16h



En présentiel

15 Novembre : Soin Hammam

16 Novembre : Visite d'un show-room SPA

Descriptif des vertus des JALA CHIKITSA

Ces soins concernent la balnéothérapie aux huiles essentielles et produits Ayurvédiques, les bains vapeurs, les soins en hammam, SWEDHANA (caisson sudation ayurvédique), les enveloppements de boue terre et mer.

Objectif

- Savoir utiliser les appareils SPA et les bains vapeurs Ayurvédiques ;
- Adapter l'aromathérapie en balnéo, en fonction des constitutions personnelles ;
- Savoir utiliser les enveloppements chauffants et rafraichissants.

Résumé du contenu

Démonstration sur modèle et pratique en binôme ou trinôme des méthodes ;
Visite d'un show room Spa pour connaître le fonctionnement des appareils et des dernières innovations ; Enveloppements de boue et gommage ayurvédique ;
Vertus des huiles essentielles ; Les produits à mettre dans les bains ; Hydratation de la peau après les soins.

Soins anti-stress

Shiro Shampi, Shiro hasta, Mukhabhyanga



9 & 10 Janvier 2024



16h



En présentiel

Descriptif des vertus des soins anti-stress

Permettent une détente profonde, reconnexion et alignement corps -esprit, ancrage.

Shiro Shampi : veut dire massage du crâne et utilisation du shampoing. Massage du cuir chevelu, des cheveux, de la nuque, des trapèzes, des omoplates et moitié du dos. Augmente la pousse des cheveux, les rend plus brillants, plus résistants, détend, favorise le sommeil et le système nerveux, il peut aussi être prescrit si contre indication au Shirodhara. Connaissance des shampoings Ayurvédiques, le mot shampoing vient de la racine Shampi.

Shiro hasta : 2ème technique des soins de la tête, se pratique allongé au sol ou sur table.

Mukhabhyanga : massage du visage et application de crèmes ayurvédiques en fonction de la constitution de la peau.

Objectif

Apprendre et maîtriser les gestes des soins Shiro Shampi, Shiro hasta, Mukhabhyanga pour donner ces soins entre 30 mn à 1 heure.

Résumé du contenu

Démonstration sur modèle et pratique en binôme ou trinôme des méthodes :

Shiroshampi : Nous verrons toutes les techniques du shiroshampi (soin de la tête) avec utilisation des huiles Ayurvédiques aux vertus thérapeutiques et notamment pour apaiser et équilibrer le dosha Vata.

Shiro prâna hasta : Une 2ème technique de massage énergétique de la tête, allongée sur table avec les points marma.

Mukhabhyanga : Massage du visage, vous apprendrez à masser et à relaxer les muscles du visage selon les trajets des nadis, vous apprendrez à stimuler les points marmas.

Soins des extrémités

Pada prâna abyanga, Hasta prâna abhyanga, Bol kansu



11 & 12 Janvier 2024



16h



En présentiel

Descriptif des vertus des soins des extrémités :

Pada prâna abyanga : soins modelages des Jambes & des pieds ; En Ayurveda, masser les pieds procure une descente radicale du stress, calme et procure une clarté mentale et du discernement ; Soulage toutes les tensions musculaires du corps mais aussi des organes du fait que les pieds sont en lien avec tous les systèmes et organes du corps ; Procure plus de stabilité, un sentiment d'être mieux ancré à la terre tout en étant relié au ciel. Cet état équilibre les polarités féminin - masculin.

Bol Kansu : issue de la médecine Ayurvédique, ce bol est réalisé dans un alliage composé de cinq métaux (or, cuivre, argent, bronze, zinc), il équilibre les cinq éléments du corps et du mental. Il permet particulièrement de faire baisser la colère, l'irritabilité, l'hyperactivité, la chaleur dans la tête.

Hasta prâna abhyanga (soins modelages des mains) : ce soin a les mêmes vertus que celui réalisé sur les pieds. Les doigts de la main sont en lien avec les cinq zones des cinq sens situés dans le cerveau (son, toucher, vue, goût, odorat). Recevoir ce soin permet d'harmoniser les cinq sens qui sont eux même en lien avec d'autres systèmes dans le corps.

Objectif

- Réaliser un soin pada prâna abhyanga, soin modelage des Jambes & des pieds,
- Réaliser un soin au Bol Kansu,
- Réaliser un soin Hasta prâna abhyanga (soins modelages des mains).

Résumé du contenu

Démonstration sur modèle et pratique en binôme ou trinôme des méthodes, apprendre les Protocoles & gestes, enchaînements doux, lents, lissage, pression, glissé, percussions...

Indications, contre indications, apprendre à donner un soin chauffant ou rafraîchissant. Apprendre à adapter les huiles ou les ghees à ces soins.

Soins spéciaux

Shirodhara, Pinda sweda



8 au 10 Mars 2024



24h



En présentiel

Ces soins nécessitent un pré-requis suffisant pour les maîtriser et c'est la raison pour laquelle ils sont proposés en fin de formation. Grâce à tous les soins appris en amont, l'élève pourra apprendre aisément ces techniques.

Descriptif

SHIRODHARA, est un soin avec un filet d'huile qui coule en continu sur le front de la personne. Shirodhara signifie : Shiro = tête et Dhara = le flux. Le shirodhara pacifie le système nerveux.

On dit que c'est un soin qui aide à diminuer les états d'anxiété, les tensions de la tête et du visage.

Le corps se régénère de lui-même, via le système nerveux ; Retour à l'harmonie, à l'état d'unité ; Calme les bourdonnements, améliore la mémoire, clarifie l'esprit, masse les neurones, calme les humeurs. Ce soin est précédé généralement d'un Abhyanga.

PINDA SWEDA, est un pochon dans lequel on y ajoute une composition d'un mélange d'herbes de saison, de poudres, d'épices trempés dans de l'huile ou du lait pour soulager principalement les douleurs articulaires, l'arthrose, les muscles. Ce soin est précédé généralement d'un massage Abhyanga.

Objectif

- Maîtriser les techniques des soins spéciaux et pouvoir les proposer aux clients ;
- Ajuster le matériel de soin ;
- Contrôler la chaleur des huiles.

Résumé du contenu

Démonstration sur modèle et pratique en binôme ou trinôme des méthodes de Shirodhara et Pinda sweda. Apprentissage de la fluidité des gestes, des enchaînements. indications et contre-indications.

Soins du dos Upanasveda, Kati basti



18 au 20 Avril 2024



24h



En présentiel

Descriptif

UPANASVEDA, ce soin travaille sur les tensions Vata : raideurs et douleurs ; les tensions pitta : nœuds musculaires ; les tensions kapha : lourdeur. Grâce à l'utilisation de plusieurs techniques et de soins répétés, le dos retrouve sa souplesse, sa tonicité et sa joie de vivre.

KATI BASTI, une pâte en forme de cercle est appliquée sur une partie du dos, celle qui est douloureuse et de l'huile chaude aux plantes est versée à l'intérieur du cercle.

Objectif

- Pratiquer le soin UPANASVEDA (massage du dos) ;
- Réaliser des Kati basti ;
- Ajuster le matériel ;
- Contrôler la chaleur des huiles ;
- Donner ce soin en 45 mn et / ou 1h30.

Résumé du contenu

Démonstration sur modèle et pratique en binôme des méthodes, apprendre les techniques, les gestes, les enchaînements du massage du dos afin de détendre le/la client.e. Adapter les produits de soin à cette méthode de massage. Indications et contre indications.

Inspiration cocooning - Concept Loveda Massage Abhyanga à la bougie



21 Avril 2024



8h



En présentiel

Descriptif

Les bougies utilisées lors de cette formation sont à base d'huiles végétales, de cires et d'huiles essentielles adaptées aux constitutions. Le soin est alors personnalisé. Les textures, les senteurs font voyager, éveillent les sens, procurent un état de bien-être profond.

Objectif

Donner un soin Abhyanga à la bougie en 1 heure.

Résumé du contenu

Apprendre les techniques, gestuelles, enchaînements du massage Abhyanga à la bougie. Contrôler la chaleur ; Indications, contre indications ; Travail en binôme ou en trinôme.

Sécurité - Premiers secours

Les gestes qui sauvent



22 Avril 2024



8h



En présentiel

Descriptif

Former nos apprenant.es à sauver une vie grâce aux connaissances des premiers gestes qui sauvent, c'est une priorité dans notre société et pour notre école. Ce module s'adresse aux apprenant.es n'ayant pas fait la formation PSC1 ou AFGSU.

Objectifs

Faire les bons gestes qui sauvent en cas de problème avec les clients ou les collaborateurs de travail.

Contenu

Avec la collaboration de la Croix Rouge, les gestes qui sauvent : en cas d'accident, en cas d'arrêt cardiaque adulte ou enfant, en cas d'arrêt cardiaque du nourrisson, en cas d'étouffement d'adulte ou d'enfant, en cas de malaise et en cas de crise d'épilepsie.

En collaboration avec

croix-rouge française

PARTOUT OÙ VOUS AVEZ BESOIN DE NOUS



Kobido Ayurvédique - Concept Loveda

Soin beauté du visage - Liftant - Anti-rides



18 au 20 Mai 2024



24h



+ 495€



En présentiel

Descriptif

Ce soin est issu de la tradition japonaise, nous nous en sommes inspirés et l'avons adapté selon les techniques de l'Ayurveda. Avoir associé les techniques japonaises et ayurvédiques ont permis à ce soin d'être encore plus performant. Ce soin effectué régulièrement permet un effet liftant garanti. Dans le cadre de ce soin, une photo est prise avant et après le soin, l'effet liftant est visible dès la première séance. Le grain de la peau est plus lisse, booste la microcirculation, stimule la production du collagène, les rides sont estompées, les poches sous les yeux sont nettement diminuées, le visage souriant comme si le cœur souriait à travers la beauté du visage.

Objectif

Maîtriser toutes les techniques de lift du kobido Ayurvédique.
Proposer ce soin en 1h.

Résumé du contenu

Démonstration sur modèle et pratique en binôme, apprendre les techniques, fluidité des gestes, enchaînements. Apprentissage du nettoyage du visage, exfoliation, apprentissage de l'utilisation du matériel : rouleau en jade, rouleau ridoki, serviette oshibori.

Anglais commercial

Choisir une formation en ligne



Durant l'année



Selon votre niveau



Distanciel

Ce module s'adresse uniquement aux personnes ayant des difficultés à communiquer avec cette langue.

Descriptif

L'Anglais est une langue parlée partout dans le monde. La maîtriser ouvre des opportunités professionnelles. Les employeurs SPA pour leur clientèle internationale demandent de parler cette langue.

Objectif

Communiquer aisément l'anglais commercial avec la clientèle internationale lors des soins en SPA.

Résumé du contenu

Méthodologie accélérée de l'apprentissage de l'anglais commercial.

Professionnalisation - Module Offert -



3 au 5 Mai 2024



24h



En visio & replay

Construire et valider un projet professionnel, une étape importante pour atteindre vos objectifs de carrière.

Descriptif

- > Accueillir, conseiller, informer la clientèle,
- > Maîtriser Les aspects juridiques en lien à l'installation d'une Entreprise Individuelle,
- > Savoir communiquer par la méthode de la CNV (communication non violente) pour améliorer les relations dans le cadre du travail et de sa vie personnelle,
- > Appliquer sur soi plusieurs outils de bien-être et de la gestion du stress de manière à préserver la santé du praticien et être en cohérence avec les soins proposés.

Stage en milieu professionnel avec nos partenaires Spa



De 1 à 4 mois



En présentiel

En France et à l'International :

Ce stage est facultatif, néanmoins, il est fortement recommandé. Vous pouvez choisir de faire votre stage professionnel avec nos partenaires :

Quels que soit la formule choisie, ce stage vous apportera de la valeur ajoutée :

- Mettre en pratique vos connaissances théoriques et pratiques au sein de l'entreprise
- Découvrir l'univers Spa encadré par des professionnels expérimentés

Si vous choisissez un stage dans un hôtel Spa de luxe, c'est :

- Augmentez vos chances et renforcer votre CV auprès de futurs employeurs.
- Apprendre les meilleures pratiques : les hôtels spa de luxe sont souvent connus pour leur service exceptionnel et leurs installations haut de gamme. En travaillant dans un tel environnement, vous pouvez apprendre des protocoles de services aux techniques de soins du corps.
- Découvrir la culture d'entreprise : les hôtels spa de luxe ont souvent une culture qui met l'accent sur le professionnalisme, le service client et l'attention aux détails.



LOVEDA ACADEMY
AYURVEDA WELLNESS & SPA

Le petit plus

CÉRÉMONIE REMISE DES CERTIFICATIONS



LOVEDA ACADEMY
AYURVEDA WELLNESS & SPA

Une question ? Notre équipe vous répond

Administration

Catherine RICHARD - 06.78.37.73.78

Pédagogie

Leila AMARA - 06.81.82.40.71

Contact mail

contact@loveda-academy.fr