PROGRAMME DE MASSAGE AYURVEDIQUE

**Partie théorique :**
\*/ Présentation de l’Ayurveda et étude des constitutions Vata, Pitta et Kapha \*/Apprentissage des différents touchers selon la constitution et dans la perspective d’un soin personnalisé
\*/ Études des huiles ayurvédiques
\*/ Approche sur les chakras et leurs fonction

**Partie pratique :**
\*/ Préparation de la cabine
\*/ Prise de contact
\*/ Techniques manuelles : drainage, effleurage, recharge, pétrissage, marma thérapie
\*/ Enchaînements de ces techniques de soins ayurvediques sur les différentes parties du corps
Conclusion du soin ayurvédique