



# Rituel de massage indien

Marma 2

NOUVEAUTÉ

PRÉSENTIEL

SUR-MESURE

INTER ENTREPRISE

## Objectif de formation

À l'issue de la formation, la participante sera capable de maîtriser les techniques Marma appliquées à l'avant du corps (jambes, abdomen, buste, bras) et de les intégrer à un protocole complet favorisant la détente et le bien-être global du client.

## Programme

Issu de la tradition ayurvédique, le soin Marma est un massage énergétique ciblé qui agit sur des points vitaux du corps appelés *Marma*. Par des pressions douces, précises et rythmées, ce soin favorise la libre circulation de l'énergie, libère les tensions profondes et soutient l'équilibre global du corps et de l'esprit.

### Jour 1

- Rappel des bases du Marma Niveau 1 et de la posture professionnelle.
- Étude des zones de tension de l'avant du corps : jambes, abdomen, buste, bras.
- Identification des zones clés et apprentissage des pressions et manœuvres spécifiques.
- Démonstration guidée du protocole de l'avant du corps par le formateur.
- Mise en pratique partielle en binôme.

### Jour 2

- Réalisation du protocole complet (avant du corps) sous supervision.
- Combinaison harmonieuse avec les gestes du Niveau 1 pour un soin complet (avant + arrière).
- Ajustement du rythme, de la respiration et de la qualité du toucher.
- Conseils pour la mise en place en institut/spa : durée, cadre, communication client.
- Atelier de verbalisation des bienfaits du soin et formulation commerciale.

## Infos pratiques

### Type de formation

Formation continue

### Public cible

Esthéticienne, spa praticienne, professionnels du bien-être

### Durée

2 Jours dont 16 Heures en centre

### Tarif(s) net de taxe

620 € par stagiaire

### Adresse

**Brest - CIEL BRETAGNE**  
Rue du Gué Fleuri,  
B.P 35,

29480 Le Relecq Kerhuon

<https://www.cci-formation-bretagne.fr/finistere>

# Les conditions d'admission

## Prérequis

Aucun pré-requis

## Modalités d'entrée

L'accès à la formation **Rituel de massage indien - Marma 2** est conditionné par :

Avoir validé la formation **Rituel de massage indien - Marma 1** ou justifier de compétences équivalentes dans la pratique des points Marma et des bases de l'ayurvéda

Être **professionnel(le) du bien-être, de l'esthétique ou du massage**, ou en cours de professionnalisation dans l'un de ces domaines

Disposer des **prérequis techniques** nécessaires à la pratique d'un soin corporel (hygiène, posture professionnelle, relation client)

## Les sessions



### Le Relecq Kerhuon

- Nous contacter

# Le parcours de formation

## Objectifs pédagogiques

• Rappeler les principes fondamentaux du modelage Marma et ses effets de relaxation. • Identifier et localiser les zones clés de stimulation à l'avant du corps. • Réaliser le protocole complet Marma Niveau 2 (avant du corps). • Combiner les deux niveaux pour un soin complet et cohérent. • Valoriser le soin Marma dans une offre esthétique ou spa.

## ► PRÉSENTIEL

## Modalités d'évaluations

Dans le cadre de notre process qualité : évaluation systématique des éléments acquis en fin de formation - Attestation de formation

## Modalités pédagogiques

Approche théorique et pédagogie participative - Cas concrets d'application.

Date et mise à jour des informations : 15/12/2025

Extrait de la description de la formation. Consultez l'intégralité des informations relatives à cette formation sur notre site internet [www.cci-formation-bretagne.fr](http://www.cci-formation-bretagne.fr)

# Contacts



## ACCUEIL FORMATIONS esthétique et Bien-être

[esthetique@formation.finistere.cci.fr](mailto:esthetique@formation.finistere.cci.fr)

CIEL BRETAGNE Brest - N° SIRET 13002293200060 - N° d'activité 53290897729

Rue du Gué Fleuri, B.P 35, - 29480 Le Relecq Kerhuon

Tél. : 02 98 30 45 75 - [cielbretagne@formation.bretagne-ouest.cci.bzh](mailto:cielbretagne@formation.bretagne-ouest.cci.bzh) - <https://www.cci-formation-bretagne.fr/finistere>

