

I S A B E L L E TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

I S A B E L L E TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA



Dossier de presse 2017

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

I S A B E L L E T R O M B E R T

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

Sommaire

I- Fiche d'identité

II- Portrait - Isabelle Trombert est une méridionale, perfectionniste, qui avance guidée par son instinct et son envie de toujours apprendre.

III- Isabelle Trombert est auteure de plusieurs ouvrages de référence dans l'univers du massage bien-être.

- *Massage et auto-massage pour les sportifs*
- *La détox du sportif*
- *L'Aromadrainage lymphatique minceur & détox*
- *L'Aromadrainage lymphatique massage anti-âge & éclat du visage*
- *Le massage des jambes lourdes*, pour prendre soin de ses jambes.
- *Le massage amincissant*, pour traiter la cellulite et retrouver la ligne
- *50 Nuances de massage*, un ouvrage dédié aux massages pour couples.
- *50 Nuances de massage entre hommes*.
- *Le massage aux pierres chaudes et aux marbres froids*, pour les professionnels du massage.

IV- Isabelle Trombert a créé & dirige le réseau de spas AHIMSA, qui compte 5 établissements.

- Le spa AHIMSA de Briançon : un écrin au cœur des Hautes-Alpes (05).
- Le spa AHIMSA de Monétier-les-Bains, au sein de l'hôtel Alliey (05).
- Le spa AHIMSA de L'Isle de Prelles est installé en plein cœur de la nature, au bord de la Durance.
- Le spa AHIMSA de Clarée : un espace bien-être au cœur d'une vallée préservée (05).
- Le spa AHIMSA Faubourg à Paris, au 9 rue Royale, rencontre entre Ingrid Millet, symbole du luxe dans la matière et de Ahimsa, délicatesse et qualité relationnelle.

V- Isabelle Trombert a créé & dirige l'école AHIMSA, qui forme des dizaines d'élèves chaque année.

Lexique

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

ISABELLE TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

I- Fiche d'identité

Prénom & nom : Isabelle Trombert

Date & lieu de naissance : 01/10/1980 à Marseille

Lieu de résidence : Briançon (Hautes-Alpes)

Site Internet : <http://www.isabelletrombert.com/>

Activités professionnelles :

- Pratique le massage bien-être au quotidien à Briançon
- Fondatrice et dirigeante du réseau des spas AHIMSA
- Fondatrice et dirigeante de l'école AHIMSA, l'école du massage de bien-être
- Auteure de plusieurs ouvrages thématiques sur le massage bien-être

Certifications & diplômes:

- 2002 & 2007 Certification Praticienne en Massage bien être (2 formations)
- 2003 Certification de formatrice au Massage Bébé
- 2003 Certificat de formation à l'Aromathérapie Scientifique option Femme enceinte et petit enfance
- 2009 Certification d'animatrice en ateliers de cosmétiques naturels
- 2011 Certification de somatothérapeute en relation d'aide par le toucher
- 2014 Orthobionomy (niveau 4 à 6)

Compétences spécifiques :

- Aromathérapie scientifique
- Herboristerie, plantes médicinales
- Cosmétiques Naturels
- Multiples techniques de Massage, relaxation et réflexologie
- Drainage Lymphatique
- Conseil en hygiène de vie, jeûne
- Accompagnement naturel à la naissance et à la parentalité

Labels et distinctions :

- Label SPA-A en cours d'obtention pour le SPA de Monétier les bains où Isabelle Trombert exerce quotidiennement.

Isabelle Trombert est membre :

- ✓ De l'association SPA-A où elle dirige notamment la commission « Soins ».
- ✓ De l'union pour les entreprises du 05
- ✓ A fait partie de l'équipe fondatrice de la FFMBE de 2005 à 2015 et à dirigé la commission juridique (ne fait plus parti de cette fédération)

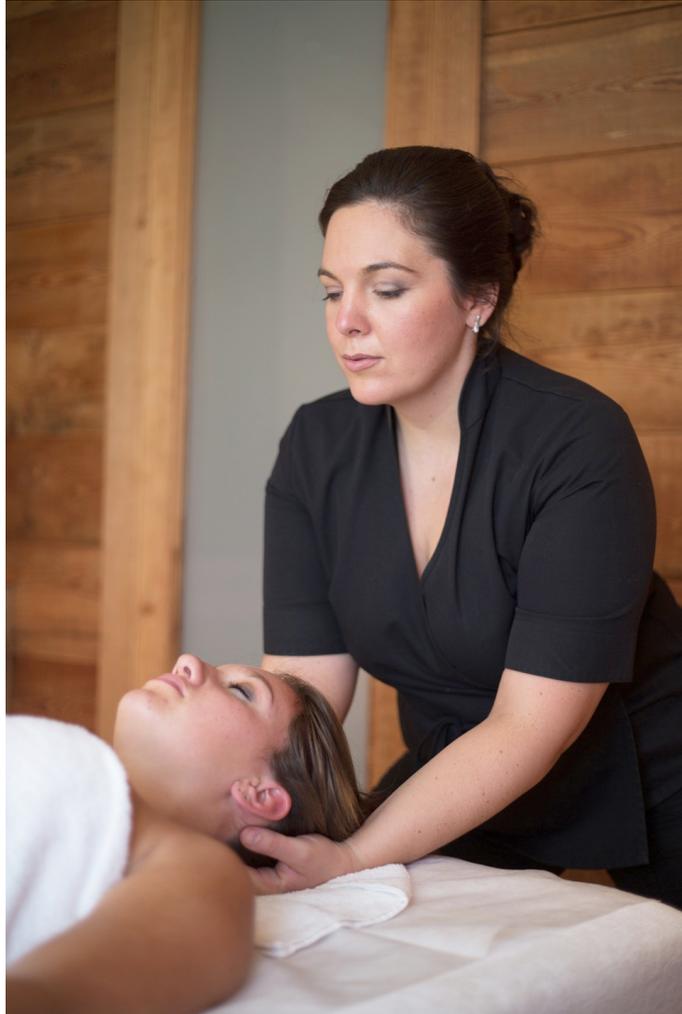
CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

I S A B E L L E TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

II- Portrait



Isabelle Trombert est une méridionale, perfectionniste, qui avance guidée par son instinct et son envie de toujours apprendre.

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

I S A B E L L E T R O M B E R T

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

Originaire de la Provence, Isabelle Trombert est résolument une méditerranéenne.

Parmi ses quatre arrières grand-mères, l'une venait d'Andalousie, l'autre de Naples, une autre de Sicile et la dernière de Corse... Un mélange plutôt détonnant qui a fait d'Isabelle Trombert une femme entière et passionnée, par la vie en général, par le contact humain et par son métier.

Enfant, accompagnée de sa maman, elle aime cueillir les champignons à l'automne. Avec son papa, elle découvre la haute-montagne. **Elle gardera de ces moments privilégiés l'amour du contact avec la nature.**

Petite fille, elle occupe aussi son temps libre en dansant.

Toutes les danses l'intéressent : classique, moderne, folklorique, intuitive... Mais ses courbes féminines, « à l'Espagnole » ne lui permettent pas d'entrer au Conservatoire. Ignorant à l'époque l'existence du Flamenco, elle rêve alors de devenir coiffeuse. Elle est déjà attirée par les métiers où le contact tactile prend une grande place. Sa mère lui demande de « *passer son Bac d'abord !* ».

A 19 ans, elle plaque tout pour partir vivre à la montagne.

Isabelle poursuit ses études générales sur la voie classique et intègre une école de commerce. Malgré des résultats brillants, à 19 ans, en deuxième année, elle plaque tout pour aller vivre à la montagne, malgré la réticence de ses parents. Elle affirme « Je vivrai d'amour et d'eau fraîche ! ». Sa maman en rit encore, et lui répond : « *Bien, alors je mets de l'eau au frais pour toi quand tu reviendras...* ».

Très à l'aise avec son corps, notamment grâce à son passé de danseuse, **Isabelle Trombert apprend à maîtriser rapidement, en quelques formations, ses premières techniques de massage.** Son instinct lui souffle qu'elle est en train de trouver sa voie...

Début des années 2000 : nouveau siècle pour une nouvelle vie !

Saisonnnière en station de ski, elle croise Lynne Laurent, propriétaire de l'hôtel Plein Sud à Serre Chevalier. Lynne lui donnera sa chance et même beaucoup plus que cela : une salle pour travailler, le linge de spa qu'elle fait laver pour elle... Isabelle ne se rend pas encore compte de la valeur de ce cadeau. C'est la chance de sa vie. Son activité démarre dès le premier hiver.

Puis vient l'inter-saison et le moment des massages aminçissants. Une activité qui lui permet de vivre à l'année de sa pratique. A 21 ans, mère célibataire, elle est capable d'élever seule son enfant.

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

ISABELLE TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

Une exigence extrême, une soif de savoir immense...

Très exigeante et plutôt rebelle, Isabelle n'est jamais satisfaite des enseignements proposés. De leur côté, les enseignants ne parviennent ni à la discipliner, ni à la cadrer. Jamais rassasiée, Isabelle va d'école en école, de formation en formation, et apprend tout ce qu'il est possible d'apprendre. Le milieu du massage professionnel en France est alors balbutiant et les formations qu'elle suit lui semblent manquer cruellement de professionnalisme et de rigueur.

Isabelle Trombert se forme auprès des professionnels les plus exigeants.

En 2003, Isabelle se forme à l'aromathérapie scientifique auprès de Patrice de Bonneval, Franck Dubus et surtout de Gilles Corjon, un herboriste exceptionnel.

C'est auprès de Jean-Louis Abrassart qu'elle trouvera enfin un enseignement satisfaisant. Engagée au départ pour suivre 2 ans de formation, elle passera finalement 7 ans sur le tatami de son école, de 2004 à 2011. Au cours de cette période, elle obtient notamment sa certification de Somatothérapeute en relation d'aide par le toucher.

En 2013/2014, Isabelle Trombert entre ensuite dans la finesse de la pratique corporelle et du toucher auprès de Catherine Grimal et de Serge Lochon, spécialistes de l'ortho-bionomy.

Avec Mandoline Whittlesey, qui lui fait découvrir le « mouvement authentique » et le body mind centering, elle retrouve la grâce de la danse et du corps en mouvement. Tandis qu'elle est inspirée par la pratique de l'acro-yoga avec Yohann Guichard.

Isabelle Trombert est aussi l'une des premières à envisager, dès 2004, qu'une véritable carrière est possible dans le monde du massage : pour elle, un grand masseur est comme un chef cuisinier étoilé.



CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

I S A B E L L E T R O M B E R T

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

Son goût d'entreprendre côtoie sa passion du massage !

Isabelle Trombert crée l'école du massage de bien-être AHIMSA en 2004.

A 24 ans, après seulement 3 ans d'activité professionnelle à temps complet en massage, Isabelle est convaincue qu'il est possible de proposer à ses élèves un meilleur enseignement que celui qu'elle a reçu. Elle veut quitter l'univers « massage baba cool » et « développement personnel » des années 1970-1980 pour amener le massage bien-être vers un grand professionnalisme. Visionnaire, elle intègre par exemple à sa formation des cours d'anatomie palpatoire.

L'école d'Isabelle Trombert forme 6 élèves en 2004, puis 60 élèves par an à partir de 2011.

Le taux de professionnalisation de ses élèves sur cette promotion atteint 92%.

Peut-on expliquer ce que cela signifie ? cela signifie que 92% des élèves certifiés fin de 2^{ème} cycle vivent du massage dans les 3 ans maximum suivant la fin de l'école. Du jamais vu en massage, le succès est au rendez-vous !

Le réseau de spas AHIMSA est lancé en 2014.

Isabelle crée le réseau de spas AHIMSA en 2014. Formés à l'école AHIMSA, les praticiens bénéficient d'enseignements uniques, leur savoir-être et savoir-faire sont particulièrement reconnus et très recherchés.

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

ISABELLE TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

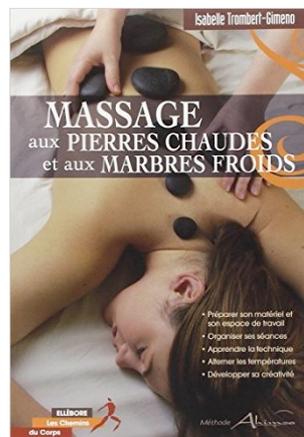
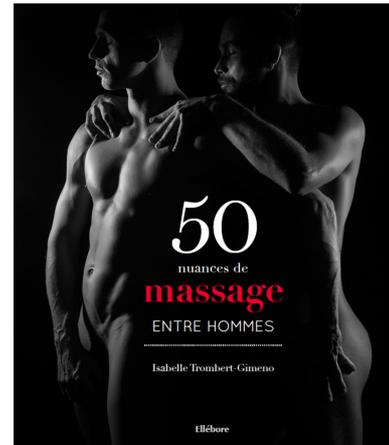
III- Isabelle Trombert est auteure de plusieurs ouvrages de référence dans l'univers du massage bien-être.



Massages minceur & bien-être



Massages pour couples...



Massages techniques pour les professionnels

CONTACT PRESSE :

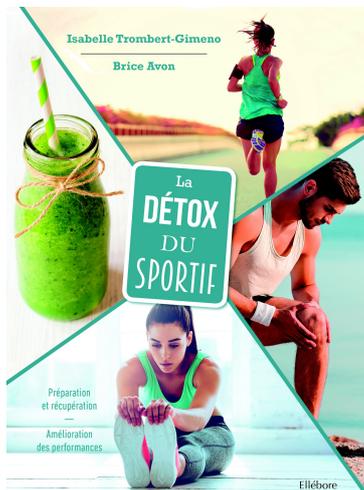
CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

ISABELLE TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA



Massages & Drainages



Massages dédiés aux sportifs

Tous les détails relatifs aux ouvrages disponibles à l'adresse suivante :
www.isabelletrombert.com/livres.html

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

ISABELLE TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

IV- Isabelle Trombert a créé & dirige le réseau de spas AHIMSA, qui compte 5 établissements.

Cinq spas AHIMSA ont ouvert leurs portes en France, à Briançon, Monétier-les-Bains, dans la vallée de la Clarée, à l'Isle de Prelles, et, enfin, Paris Faubourg

Chaque spa AHIMSA est un espace privilégié, une bulle de bien-être. Isabelle Trombert a réuni dans ses spas tout son savoir-faire, pour proposer à ses clients des moments d'exception.



Les praticiens des spas AHIMSA sont tous issus de l'école AHIMSA.

Tous les praticiens Ahimsa sont issus de l'école AHIMSA, dirigée par Isabelle Trombert, que ce soit en formation initiale ou continue.

Ce sont avant tout des professionnels du massage bien-être. Mais aussi des passionnés de la maîtrise du mouvement, de la respiration, de la libération des tensions.

Tous ont la même qualité dans la maîtrise de leur art et la même exigence dans le soin apporté à chaque client.

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

I S A B E L L E TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

Le spa AHIMSA de Briançon : un écrin au cœur des Hautes-Alpes (05).

Il s'agit du premier spa créé au sein du réseau AHIMSA. C'est dans cet espace intimiste et authentique qu'Isabelle Trombert exerce quotidiennement. Installé à Briançon depuis 2002, c'est ici qu'Isabelle Trombert a développé, au fil des années, l'essentiel de sa pratique.



Les équipements disponibles :

- un sauna Tylarium, unique dans les Hautes-Alpes avec ses 3 types de chaleur : chaleur sèche et intense, chaleur intermédiaire humide, chaleur douce et beaucoup de vapeur ;
- une salle de massage et son espace de détente, privatisé également ;
- une boutique spécialisée en aromathérapie ;
- un espace pour des consultations individuelles en hygiène de vie.



Sauna Tylarium

Adresse : 6 avenue du Général de Gaulle - Le Kiosque du Pré du Moulin - 05100 Briançon

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

I S A B E L L E TROMBERT

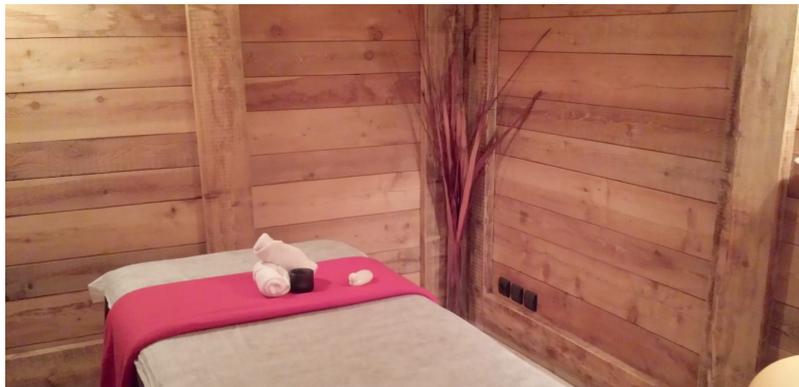
MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

Le spa AHIMSA de Monétier-les-Bains, au sein de l'hôtel Alliey (05).

Dans la vallée de Serre Chevalier, blotti au cœur du vieux village de Monétier-les-Bains, l'hôtel Alliey cultive le charme d'une maison d'hôtes et invite à une douce parenthèse sous pavillon montagnard.



La détente se conjugue entre spa, hammam, jacuzzi, piscine extérieure et l'atelier de soins et massages.



Adresse : Hôtel Alliey - 11 rue de l'Ecole - Serre Chevalier - 05220 Monétier-les-Bains

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

I S A B E L L E TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

Le spa AHIMSA de L'Isle de Prelles est installé en plein cœur de la nature, au bord de la Durance.

Le camping L'Isle de Prelles***, au bord de la Durance, entre Queyras et le massif des Ecrins, est situé à une dizaine de minutes de Briançon. Il accueille le dernier né des spas AHIMSA depuis l'été 2015.



Les propriétaires du camping, Cécile & Dominique, ont su créer en pleine nature, un espace insolite, cosy et reposant tout en respectant l'environnement. Soins visage, modelages corps, ou modelages pour sportifs resteront un instant inoubliable !

Les équipements disponibles :

- un bain Nordique traditionnel, chauffé au feu de bois ;
- un douillet Kota finlandais.



Chauffé au feu de bois, le bain Nordique permet d'apprécier la beauté et le calme de l'endroit.

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

ISABELLE TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

**Le spa AHIMSA Paris Faubourg.
Le 9 rue Royale, Faubourg Saint honoré, est
connu depuis plus de 50 ans pour être l'adresse
incontournable d'une Grande Maison de Beauté.
C'est ici, dans cet écrin de calme, qu'Isabelle
Trombert, pour la première fois,
pose ses valises dans la capitale mondiale de la
Beauté : Paris.**



Touché par l'expertise unique et le talent d'Isabelle, Pierre-Christophe Mestre, le PDG du groupe Ingrid Millet prend en Juin 2017 une décision :

accueillir Ahimsa au sein même du fief de la marque.

La marque de cosmétique de luxe INGRID MILLET, précurseur depuis bientôt 60 ans dans le domaine des soins anti-âge, fait aujourd'hui le cadeau d'ouvrir ses portes à la créatrice, qui elle, de son côté, est enchantée de leur apporter une expertise soins du corps novateur et inédit.

L'institut met à disposition des équipes Ahimsa, un magnifique espace de soin au cœur de la Maison de la Beauté au 1er étage du passage de la rue Royale.

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

I S A B E L L E TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

Le spa AHIMSA de Clarée : un espace bien-être au cœur d'une vallée préservée (05).

Le spa est situé au sein de l'Auberge de la Joie de Vivre à Névache, dans la magnifique vallée de la Clarée. Un lieu propice à une détente de qualité !



CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

ISABELLE TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

***V- Isabelle Trombert a créé & dirige
l'école AHIMSA, qui forme 60 élèves chaque année.***



Créée en 2004, l'école AHIMSA est installée à Briançon.

**« La philosophie de la méthode AHIMSA ne consiste pas à apprendre
des protocoles par cœur...
Mais apprendre à vraiment très bien masser »,
Isabelle Trombert.**

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

I S A B E L L E TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

L'École AHIMSA forme chaque année une quarantaine d'élèves, qui obtiennent la certification « Praticien de Massage AHIMSA ». Aujourd'hui, l'école AHIMSA bénéficie d'une notoriété de qualité auprès des professionnels du secteur. Elle rayonne également à travers un solide réseau professionnel d'anciens élèves.

L'école AHIMSA dispense les formations suivantes :

- anatomie, physiologie
- massages Californien & Suédois ;
- aromathérapie ;
- massage aux pierres chaudes et aux marbres froids ;
- massage de la femme enceinte ;
- palper-rouler et massage amincissant ;
- massage à la bougie et serviettes de vapeur ;
- massage aux pochons de vapeur....

Ces pratiques sont supervisées par des formateurs référents jusqu'à ce que les stagiaires obtiennent leur certification.

Pour les élèves en cursus professionnel, l'école propose des stages en entreprises.

Objectifs des formations proposées : atteindre l'excellence technique et maîtriser la méthode AHIMSA.

Voici quelques exemples de savoir-faire dispensés par l'école AHIMSA et qui constituent la colonne vertébrale de la méthode AHIMSA.

- **Un haut niveau de connaissance de l'anatomie.** Seule une maîtrise poussée de l'anatomie palpatoire permet la précision du geste et la compréhension de l'organisation du système des tensions dans le corps.
- **Dégagement de l'axe de la respiration et travail du souffle.** La libération de la respiration du masseur et du massé durant le massage est la voie qui mène à une véritable détente. Aucun blocage respiratoire ne peut mener au relâchement. C'est la clé de voûte fondamentale des massages Ahimsa.
- **Précision du geste.** Seul un geste précis permet un travail exact au niveau des tensions spécifiques. C'est ce qui permet à la personne de savoir qu'elle a idéalement reçu LE massage dont elle avait besoin.

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

I S A B E L L E TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

Lexique

Anatomie palpatoire : permet d'identifier et de comprendre le système musculaire. Il s'agit d'apprendre la dénomination de chaque muscle et dans quel mesure ils sont sollicités, que ce soit au quotidien ou lors d'efforts liés à une activité sportive, un travail manuel, etc.

Aromathérapie scientifique : art de préserver la santé avec les huiles essentielles.

Herboristerie : préparation de plantes médicinales ou de préparations dérivées.

Ortho-bionomy : méthode thérapeutique corporelle visant un développement harmonieux de la personne. Cette méthode prend sa source dans l'ostéopathie.

Somatothérapeute : spécialiste de la relation d'aide par le toucher ou de la psychothérapie à médiation corporelle.

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES
cyril.ahimsa@gmail.com
+33 (0)9 72 42 03 80
+33 (0)6 73 49 19 62

I S A B E L L E TROMBERT

MASSAGE - AROMATHERAPY & SPA

Nous sommes à votre disposition pour toute question,
demande de visuel, d'ouvrage ou d'interview.

N'hésitez pas à nous contacter !

VOS CONTACTS PRESSE :

CYRIL CASTRES

cyril.ahimsa@gmail.com

+33 (0)9 72 42 03 80

+33 (0)6 73 49 19 62

CONTACT PRESSE :

CYRIL CASTRES

cyril.ahimsa@gmail.com

+33 (0)9 72 42 03 80

+33 (0)6 73 49 19 62