

Ayurveda-Praktiker-Ausbildung

Die hier angebotenen Seminare eignen sich für HeilpraktikerInnen, PhysiotherapeutInnen, MasseurInnen sowie für Interessierte aus dem Wellnessbereich.

Wir schulen in kleinen Gruppen (6-8 TN) mit äußerst individueller Betreuung.

Alle angebotenen Seminare beinhalten umfangreiches und gut dokumentiertes Lernmaterial.

Die AP-Ausbildung führt zu einem Zertifikat.

Jede Kurseinheit beginnt mit einer theoretischen Einführung.

Gesamt-Kursgebühr für APA Villa Veda Hamburg über 6 Wochenenden (100 Stunden)

1.250 EUR

Kurseinheiten können nach Absprache einzeln und individuell kombiniert gebucht werden.

Themengliederung der gesamten Ausbildung:

- Block I** **Einführung** in den Ayurveda als ganzheitliches Behandlungssystem. Konzept der Doshas-Lehre. Funktionelle und strukturelle Komponenten des Körpers: Doshas, Dhatus, Malas, Srotas. Theorie und Praxis der **Grundtechniken in der ayurvedischen Ganzkörper-Ölmassage**.
- Block II** Einzelabhyanga wiederholen und verfeinern. Upanaha Sveda – **ayurvedische Rückenmassage, Lepas** (Kräuterauflagen), heiße feuchte und trockene Behandlungen. Synchron-Abhyanga.
- Block III** Theorie und Praxis der **Padabhyanga** (Fußmassage) als Einzel- und Synchronbehandlung. Spektrum der Anwendungsmöglichkeiten. Spezielle Öle/Fette, Aromen.
- Block IV** **Diätetik** und Lebensführung. Grundlagen der Funktionen des Körpers und der Gewebe (Dhatus). Die Transportwege (Srotas). Ernährung nach Typen, Tages- und Jahreszeit. Verdauungs- und Stoffwechselfunktionen. Vielfalt von Gewürzen in der Heilküche, Geschmack (Rasa). Rasayanas – Verbesserung der Fortpflanzungsfunktionen sowie Regeneration und Stärkung der Abwehrkräfte.
- Block V** **Diagnostik** – Untersuchungsmethoden. Ermittlung der physiologischen und pathologischen Verhältnisse des Patienten. Anamnese und Einsatz der fünf Sinne wie Tasten, Riechen, Schauen, Schmecken, Hören. Achtfältige Untersuchung: Urin, Stuhl, Puls, Zunge, Haut, Stimme, Augen, Körperbau. Vata-, Pitta-, Kapha-Symptome. Symptome der Gewebe und Ausscheidungen. Zustände von AGNI, Stoffwechselzwischenprodukte (AMA).
- Block VI** **Manualtherapien**. Gewebe-Blockaden. Stadien der Krankheitsentstehung. Öl-Behandlungen und Ölungen der Körperöffnungen des Kopfes wie Aksi-Tarpana (Augen); Karna Purana (Ohren); Gandusa (Mundhöhle) Nasya (Nase). Wärmebehandlungen. Dauerölanwendung auf der Lendenwirbelsäule; Kati Basti. Pinda-Sveda-Behandlung. Shiro-Dhara Stirnguss.

**Ayurveda Praktiker Ausbildung
Villa Veda Hamburg (APA VV)
Einführung in den Ayurveda und Abhyanga I**

Die Abhyanga ist die Königin der Ölmassagen. Durch sie wird der Körper weich und geschmeidig, Verspannungen und Blockaden werden gelöst, wenn jeder Zentimeter der Haut mit warmem Öl benetzt und anschließend mit einfühlbaren Massagetechniken behandelt wird. An einem Intensiv-Ausbildungswochenende (Freitag- bis Sonntagnachmittag) zeigen wir die ayurvedische Ganzkörperölmassage mit ihren zahlreichen Techniken und Ausstreichungen, die dann nach einigen Übungsstunden eigenständig ausgeführt werden kann. Weitergeführt und vertieft wird diese Ausbildung mit dem Anschlusskurs Abhyanga II. Die Abhyanga wird als unterstützende Maßnahme bei klassischen ayurvedischen Ausleitungstherapien angewandt. Massage- und Anatomie-Kenntnisse sind von Vorteil, aber nicht Bedingung.

**Abhyanga II
Praktische Anwendung und Wiederholung
der ayurvedischen Abhyanga:
Vertiefen, Synchron- und Rückenbehandlung**

*Der II. Teil setzt die Praxis der Abhyanga fort und behandelt ergänzend spezielle Massagepraktiken am Rücken. Diese vielseitig anwendbare Therapie orientiert sich an den Strukturen und der Muskulatur des Rückens sowie Brust und Bauch und schließt Wärmebehandlungen mit ein. Die Auswahl spezieller Öle und Packungen entspricht Konstitution und Indikation. Dieser Kurs eignet sich auch als **Aufbaueinheit für Abhyanga-Kundige**, die ihre Kenntnisse auffrischen, erweitern und vertiefen sowie die Synchron- und Rückenbehandlung erlernen möchten.*

Padabhyanga – Fuß- und Beinmassage

Als äußerst wirksame Entspannungsbehandlung ist die ayurvedische Fußmassage bekannt. Mit speziellen Massagetechniken von den Füßen bis zu den Knien werden Verspannungen und Blockaden überall im Körper gelöst. Diese Massage wirkt besonders beruhigend auf das Nervensystem und beeinflusst viele Beschwerden wie Kopfschmerzen, Schlafstörungen und Unruhe positiv. Sie wirkt ausgleichend und unterstützend auf das Immunsystem. U.a. sehr gut geeignet für Heilpraktiker, Fußpfleger und viele andere.

Ayurvedische Diätetik und Lebensführung

Von der richtigen Ernährung und Lebensführung sind die gesunde Entwicklung und Funktion des Körpers und der Gewebe (Dhatus) abhängig. Über die Ernährung lassen sich viele Störungen auf körperlicher, psychischer und mentaler Ebene positiv beeinflussen. Die individuelle ayurvedische Konstitution, die Verdauungskraft, Verträglichkeiten und Vorlieben des Patienten werden stark berücksichtigt. Ayurveda sieht jeden Menschen als einzigartiges Individuum im Universum und misst einer ausgewogenen, jahreszeitlichen und typgerechten Ernährung größte Bedeutung zu.

Ayurvedische Diagnostik

Krankheiten entstehen nach ayurvedischem Verständnis durch Unausgewogenheit der Körperfunktionen sowie durch Ansammlungen und Blockaden in den Körperkanälen. Anamnese und Untersuchungsmethoden basieren auf dem Einsatz der fünf Sinne des Betrachters, der Begutachtung und Beurteilung der Ausscheidungen des Patienten sowie des Zustandes seiner Doshas und der zugrunde liegenden Konstitution.

Ayurvedische Manualtherapien

*Verschiedene Öl- Und Wärmebehandlungen ergänzen die Massagetherapien. Die Dauerölanwendung auf der Lendenwirbelsäule, Ölungen der Körperöffnungen, Wärmepackungen oder Gazepakete gefüllt mit Reis oder Kräutern lösen Verspannungen und Blockaden und helfen bei Verschlackung und Übersäuerung des Gewebes. Pasten und Packungen aus Kräutern, Leinsamen, Sesamsamen oder gemahlener Mungobohnen und Getreide wirken lindernd und heilend bei vielen Beschwerden des Bewegungsapparats. Der **ayurvedische Stirnguss** ist wohl der Höhepunkt dieser Kurseinheit.*

APA - Spezial

Samvahana und Garshana Kompakt

*Die **Samvahana**, „der sanfte Wind“ genannt, wird nicht nur direkt auf nackter Haut, sondern über einem feinen Seidentuch ausgeführt. Es folgen samtweiche Bürsten oder zarte Federpinsel, deren gekonnt am ganzen Körper ausgeführte Streichungen äußerst beruhigend auf das Nervensystem (VATA-ausgleichend) wirken. Eine sanfte Ganzkörpermassage mit konstitutionsgerechten Ölen, bei der alle Sinne noch einmal berührt werden, bildet den Abschluss dieser Spezialbehandlung.*

*Die **Garshana**-Rohseidenhandschuh-Massage gehört zu den Stoffwechsel anregenden Anwendungen, die der Ausleitung von Gewebsschlacken (Ama) und der Gewichtsreduzierung dienen. Garshana stimuliert die Verdauungskraft (Agni) und ist in ihrer Wirkung mit einer Lymphdrainage zu vergleichen.*

Diese Ausbildungseinheit eignet sich auch besonders für den Beauty-/Wellnessbereich.

Kursgebühr pro Tag € 115

ANMELDUNG JETZT UNTER:

T 040 – 20 98 13 28

ODER

info.villaveda.de

Margrit Witt-Horchler HP und Peter Horchler

Seminare: Bahrenfelder Str. 169

***Ausgebildet von Rosenberg Europäische Ayurveda Akademie (REAA)
Mitglied im Verband Europäischer Ayurveda Therapeuten (VEAT)***