
Ayurveda

Tradition des Ayurveda:

Mit Recht wird Ayurveda als das älteste überlieferte **Heilungssystem** bezeichnet. Ayurveda entstammt dem **indischen Kulturraum**, seine Begriffe, Grundannahmen und Prinzipien sind vor Jahrtausenden auf Sanskrit formuliert worden.

Gleichzeitig liefert uns die ayurvedische Tradition **aktuelles Wissen** und universelle Anwendbarkeit für eine Tätigkeit als Gesundheitscoach.

Aktualität des Ayurveda:

Durch die Bandbreite der **Therapiemöglichkeiten**, das ganzheitliche Verständnis von Krankheit und **Gesundheit** sowie die praktische Vorgehensweise wird Ayurveda zusehends zu einem bedeutenden heilerischen Korrektiv der westlich-technologischen **Lebensweise**.



Die geniale Ergänzung zur Psychologie

Universalität des Ayurveda:

Ayurveda ist eine umfassende Lehre des **richtigen Lebens**, der gemäßen Lebensführung und ein **Heilungsweg**, der jedem Menschen an jedem Ort von Nutzen sein kann – **unabhängig** von Kultur, Konfession oder Überzeugung.

Ausbildung zum Ayurveda Gesundheitscoach

24 Tage (4 x 6)



Life-Akademie

Hauptstr. 137
72186 Empfingen

Telefon: 07483-9127265

Fax: 07483-9127267

info@ayurveda-gesundheitscoach.de

www.Ayurveda-Gesundheitscoach.de



Ayurveda Gesundheitscoach



Life-Akademie

Und weitere Ausbildungen
der Life-Akademie



Ausbildung zum Ayurveda - Gesundheitscoach

In der **ersten Woche** geht es in erster Linie um die **Ayurveda Grundlagen**

- Geschichte und Ursprung, die acht Fachrichtungen, die Elemente und ihre Eigenschaften
- Bioenergien und ayurvedische Konstitution
- Lebensführung, Gesundheitsvorsorge, Reinigungsübungen, Körperpflege, Ethik, Zeitqualitäten, Ernährungslehre
- **Praxis:** Selbstmassage, Yoga- und Atemübungen, Reinigungsübungen

In der **zweiten Woche** geht es um ayurvedische **Anatomie** und **Therapie:**

- Ayurvedische Anatomie, die Gewebe, Erkrankungen, die Körperkanäle und ihre Erkrankungen

- Therapie, Krankheitsentstehung, Ausgleichstherapie, Ausleitungs-therapie, Aufbau-Therapie
- Ölkunde, und Herstellung, Kräuter- und Gewürzkunde
- ayurvedische Psychologie, Konstitution des Geistes und Mantra-Therapie
- **Praxis:** Qi Gong, Meditationstechniken, Beratungsgespräch

Dritten Woche: es um die **Praxis** der **Ayurveda Ganzkörperbehandlung**

- Ganzkörperölbehandlung (liebende Hände) in 5 Stellungen (solo)
- Ganzkörperbehandlung in 7 Stellungen
- Spezielle Indikationen für die Ganzkörpereinsalbung, - Kontraindikationen für die Ganzkörpereinsalbung
- Therapeutische Wirkung der ayurvedischen Ölmassage,
- Ölstringuß
- Ganzkörperbehandlung in 7 Stellungen vierhändig, - Abstimmung und Koordination der Therapeuten

In der **vierten Woche** geht es um die **Praxis** verschiedener **Massagetechniken**

- Kräuterballenmassage, Druckmas- sage, Seidenhandschuhmassage
- Netra Tarpana (lokale Augenbehandlung)
- Karnapura (lokale Ohrenbehandlung)
- Kadhibasti (äußerliche lokale Ölbehandlung)
- Nasya (Nasenbehandlung)
- Shiromardana (Kopfbehandlung mit ayurvedischen Ölen)

Life-Akademie

Hauptstr. 137
72186 Empfingen

Tel.: 07483-9127265
Fax: 07483-9127267

info@ayurveda-gesundheitscoach.de
www.Ayurveda-Gesundheitscoach.de