

Ayurveda Therapeut/in

(Traditionelle Ayurveda Massage-Ausbildung · Ayurveda Gesundheitsberatung)



Kursinformation

Dieser Intensivlehrgang vermittelt die Grundtechniken und klassischen Behandlungsformen der ayurvedischen Massage sowie ayurvedischen Gesundheitsberatung auf komprimierte und direkt in die Praxis umsetzbare Weise. Sie erlernen die entspannenden ayurvedischen Ganzkörper- und Teilmassagen sowie spezielle Anwendungen wie Garshan (auch Garshana, anregende Seidenhandschuhmassage). Durch die Garshan Massage werden z.B. Schlacken im Körper abgebaut. Sie ist Bestandteil einer traditionellen Schönheits-Behandlung aus dem Ayurveda.

Traditionelle ayurvedische Massage und Gesundheitsberatung

Eine Einführung in die Lehre der Konstitutionstypen (Vatta, Pitta, Kapha), sowie in die ayurvedische Ernährungslehre/ Gesundheitsberatung und Anti-Aging-Tipps mit Ayurveda Rasayana (spez. Teil der ayurvedischen Ernährungslehre), runden den Lehrgang ab.

Was ist Ayurveda?

Die aus der altindischen Hochkultur stammende „Wissenschaft vom Leben“ ist die älteste und bekannteste Gesundheitsvorsorge der Welt. Seit über 3000 Jahren werden die Erkenntnisse vom Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele für die Verbesserung der Lebensqualität angewandt. Die wörtliche Übersetzung von Ayurveda ist "Das Wissen vom Leben" (**Sanskrit: bzw. āyurveda - ayur = Leben, veda = Wissen, Weisheit**). Die Ayurveda Massage ist ein Teil der Ayurveda-Lehre.

Der ganzheitliche Ansatz der Ayurveda-Lehre umfasst auf bestimmte Grundenergien (Doshas) abgestimmte Ernährungsformen, Massagen, Ölgüsse und Bäder. Die drei Grundenergien sind: **Vata, Pitta, Kapha**. Jeder Mensch verfügt über ein einzigartiges Zusammenspiel dieser Energien, in dem aber meistens eine überwiegt und den Grundtyp eines Menschen bestimmt. Ziel der Ayurveda Massage ist es, aus dem Gleichgewicht geratene Energien wieder zu harmonisieren, damit Körper, Geist und Seele sich wohlfühlen können und die Lebensqualität steigt.

Hauptziele der Ayurveda-Massage und Gesundheitsberatung:

- Harmonisierung der Lebensenergien
- Gesundheitsvorsorge (Prävention)
- Das Meridian- und Lymphsystem positiv zu beeinflussen
- Vitalisierung, Entspannung und Wohlbefinden



Die von uns angebotene traditionelle Ayurveda Ausbildung beinhaltet:

- Einführung in die Lehre der Konstitutionstypen im Ayurveda (Vata, Pitta, Kapha).
- Ernährungsberatung im Ayurveda, kurze Einführung.
- Die richtige Körperhaltung (Haltungsarbeit, Bewegungslehre für die Praxis).
- Lagerung & Umgebung / Ayurveda-Massage

- Ayurvedische Öle (ayurvedische Ölkunde)
- Abhyanga / ayurvedische Ganzkörpermassage (inkl. Kopf und Fußmassage)
- Grundlagen und Praxis der ayurvedischen Massage- und Manual-Therapie.
- Kontraindikationen / Indikationen der Massage
- Spezielle Ayurveda Massagetechniken
- Mukhabhyanga- ayurvedische Gesichtsmassage
- Padabhyanga- ayurvedische Fussmassage
- Upanaha-sveda- ayurvedische Rückenmassage
- Ayurveda Ganzkörpermassage in drei Positionen
- Die Kunst der harmonischen Ausstreichungen.
- Ayurvedische Ernährung (Einführung in die ayurvedische Ernährungslehre)
- Grundtechniken der Behandlungen mit Rohseidenhandschuhen, Kräutern, Pulvern, Garshan, Einsatz von Pindas.
- Einführung in die Marma Lehre (* sog.Vital-Punkte am Körper, die hohe Kunst der ayurvedischen Massagelehre).
- Marma-Punkt Massage (Teil der Marma Therapie)
- Ayurvedische Gesundheitsberatung
- Schönheitspflege und Anti-Aging im Ayurveda
- Gesundheitserhaltende Prinzipien (Prävention) - Selbstmassage, Yoga, Meditation und Morgenroutine
- Massage und Atmung
- Kommunikation mit Kunden
- Coaching, Existenzgründung kl. Einführung und Zeitmanagement für die Selbstständigkeit
- Praktische Lehrprobe
- **Urkunden-Vergabe:** terramedus® Ayurveda Therapeut/in



Teilnahmevoraussetzungen, für wen ist die Ausbildung geeignet:

- Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Die Ausbildung richtet sich an alle, die Freude am Umgang mit Menschen besitzen.
- Die Ayurveda Ausbildung ist besonders geeignet, für gesundheitlich interessierte Berufsanfänger und Umschüler aus fremden Berufen.
- Bereits ausgebildete Berufsgruppen aus dem Gesundheitsbereich (z.B. Heilpraktiker, ganzheitliche Therapeuten, Masseur, Wellnesstherapeuten, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten und Wellnesstrainer) können durch diese Ausbildung ihr Betätigungsfeld noch erweitern.
- Diese praxisnahe und vielfältig orientierte Ausbildung ist für alle Personen, die gerne mit anderen Menschen arbeiten und diese mit ganzheitlichem Wissen für ein glücklicheres, gesundes und vitales Leben unterstützen möchten.

Folgende Möglichkeiten hat ein(e) Ayurveda Therapeut/in:

- Der Bereich Wellness und Prävention bietet diverse Anwendungsbereiche z.B. die Arbeit in Kur-, Wellness- oder anderen Hotels.
- Die Möglichkeit in Sport- und Gymnastik Studios, sowie in Gesundheitszentren tätig zu sein oder eine eigene Massagepraxis zu führen.
- Diese kurze Aufstellung besitzt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Das Berufsbild ist zu komplex als dass nicht noch weitere Tätigkeiten denkbar wären. In der Ausbildung werden alle relevanten Bereiche unterrichtet, die für einen Start in die eigene Selbstständigkeit nötig sind.

Kursziel Urkunde

Nach erfolgreichem Abschluss des Lehrgangs, erhalten Sie die terramedus® zertifizierte Abschlussurkunde zum/zur Ayurveda Therapeuten(in). Die erworbene Qualifikation der Ausbildung kann namentlich geführt und z.B. in einer eigenen Praxis, selbstständiger Arbeit oder im Angestelltenverhältnis beruflich ausgeübt werden. Gegen Aufpreis von 25,-€ können Sie zusätzlich die **internationale Übersetzung der Abschlussurkunde** in Englisch beantragen (Ayurveda Therapist).

Bitte zum Kurs mitbringen:

- Bequeme Kleidung, (möglichst dunkel, da Öle färben können) großes Handtuch, 2 kleine Handtücher, Laken für die Massagebank, eigene Verpflegung und evtl. Hausschuhe und Wolldecke.
- Massageöl für die traditionelle Ayurveda Massage: Sesamöl 500 ml., ungeröstet.
- Ayurvedische Seidenhandschuhe für die Garshan Ayurveda Massage.
- Wir empfehlen auch zum erwärmen des Massageöls einen elektrischen Babyflaschenerwärmer oder ein Stövchen mit kleinem Topf mitzubringen (ca. 20,-€).
- Zur Vermeidung von Verletzungen und besseren Massage bitte kurze Fingernägel!

Kursdauer wahlweise:

- 1x6 Tage, 48 Stunden, (1 Block intensiv) **oder**
- 2x3 Tage, 48 Stunden, (2 Blöcke intensiv)
- Unterricht findet statt, an allen Tagen jeweils von 10.00-18.00 Uhr inkl. 1/2 Std. Pause.
- Termine für alle Standorte finden Sie im aktuellen Kursdaten / Lehrplan.

Staatliche Förderung

Die Ausbildung/ Weiterbildung wird von fast allen Bundesländern mit dem Bildungsscheck finanziell unterstützt. Weitere Infos zum Thema Förderung (z.B. ESF Bildungsprämie, Bundesagentur für Arbeit/Jobcenter) erhalten Sie auf unserer Seite:

<http://www.terramedus.de/massageundwellnessakademie/foerderungen.php>

Ausbildungsgebühr:

- **930,-€**
- Frühbucher **837,-€** (nur bei Anmeldung und Zahlung 12 Wochen vor Kursbeginn)
- Im Preis inbegriffen: Umfangreiches Skript, Abschluss-Urkunde/Zertifikat, Obstkorb, Getränke (Kaffee/Tee) und kl. Snacks.

Die Ausbildungsgebühren unserer Akademie sind gem. §4 Nr. 21 a) bb) UStG von der Umsatzsteuer befreit. Fortbildungskosten können - einschließlich der für Anreise und Übernachtung anfallenden Kosten - grundsätzlich als „Werbungskosten“ in Ihrer Einkommenssteuer-Erklärung abgesetzt werden.

Zahlungsmöglichkeiten

- Einmalzahlung: 930,-€ oder reduziert mit 10% Frühbucherrabatt: 837,-€

Die Einmalzahlung ist spätestens 14 Tage vor Kursbeginn fällig. Bei kurzfristiger Anmeldung muss der Nachweis über die geleistete Zahlung spätestens zu Kursbeginn erbracht werden.

- Ratenzahlung: 3 x 320,-€ = 960,-€ (inkl. einmalige Bearbeitungsgebühr 30,- €)
- Ratenzahlung: 7 x 140,-€ = 980,-€ (inkl. einmalige Bearbeitungsgebühr 50,- €)

Für das Zustandekommen eines Ratenzahlungsvertrages, ist die Einwilligung in das Lastschriftverfahren notwendig (siehe Seite 2 Anmeldeformulare Ausbildung). Die erste Rate wird fällig im Zeitpunkt der Rechnungsstellung und wird in den Folgemonaten jeweils am 01. des Monats im Voraus abgebucht.

Inhalt der Ausbildung/ Tagesablauf

(jeweils 10.00-18.00 Uhr inkl. 1/2 Std. Pause)

1. Tag

Lagerung und Umgebung für die Behandlung
Indikationen & Kontraindikationen der Ayurveda Massage
Einführung in die Lehre des Ayurveda
Mukhabhyanga- ayurvedische Gesichtsmassage
- erweitert mit Kopf- Nacken- und Brustmassage



2. Tag

Padabhyanga- ayurvedische Fussmassage
Upanaha-sveda- ayurvedische Rückenmassage
Harmonische Ganzkörperausstreichungen

3. Tag

Grundtechniken der Behandlungen mit:

- Rohseidenhandschuhen (Garshan)
- Kräutern
- Pulvern
- Einsatz von Pindas

Einführung *Marma Lehre

(* sog. Vital-Punkte, wichtige anatomische Regionen am Körper „Sitz des Lebens“)

- energetische Anatomie nach der Marma-Lehre
- Marma-Punkt Massage (Teil der ayurvedischen Marma Therapie)

Qualität einer guten Ayurveda Massage

4. Tag

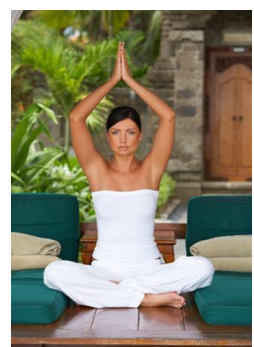
Abhyanga-Ganzkörpermassage

- unter Einbeziehung der erlernten Teilmassagen und den Marma-Punkten

Ayurvedische Ölkunde

Die richtige Körperhaltung

- Haltungsarbeit
 - Bewegungslehre für die Praxis
- Massage und Atmung



5. Tag

Einführung in die Lehre der Konstitutionstypen
- die drei Doshas: Vata - Pitta - Kapha
Ayurvedische Ernährung und Gesundheitsberatung
Ayurvedische Schönheitspflege
Anti-Aging mit Ayurveda
Gesundheitserhaltende Prinzipien im Ayurveda
- Morgenroutine
- Selbstmassage
- Yoga, Meditation



6. Tag

Erfolgreiche Praxis
Coaching, Existenzgründung kl. Einführung
Zeitmanagement für die Selbstständigkeit
Wiederholung (individuelle Auswahl)
Praktische Lehrprobe
Urkunden-Vergabe: terramedus® Ayurveda Therapeut/in

Die genaue zeitliche Abfolge der Kursinhalte kann variieren, enthält aber die beschriebenen Inhalte.



terramedus

Akademie für Gesundheit

Zentralverwaltung
Haferkamp 28
24145 Kiel

Telefon: +49-(0)431-5348303
Telefax: +49-(0)3212-5050511 (Fax-Server)
E-Mail: info@terramedus.de
Internet: www.terramedus.de