



CORSO PROFESSIONALE DI 150 ORE DI MASSAGGIO AYURVEDICO

IL CORSO

E' professionale ma anche un'immersione nell'antica tradizione indiana del massaggio. Tutti gli incontri saranno caratterizzati da un'attenzione particolare all'approccio del massaggio secondo i principi ayurvedici.

Gli allievi avranno la possibilità di accostarsi ad una professione che può migliorare la qualità della propria vita.

Il massaggio poggia le fondamenta sullo scambio, attraverso il quale si può entrare in una comunicazione calma, serena e profonda.

Al termine del corso l'allievo saprà utilizzare le tecniche di base del massaggio ayurvedico per riequilibrare i tri dosha, energie dalle quali dipende il nostro benessere psico fisico.

A CHI E' RIVOLTO

Il corso professionale si rivolge sia a persone che non possiedono alcuna conoscenza del massaggio e che desiderano ottenere una certificazione professionale, sia a operatori del massaggio per la certificazione del corso di aggiornamento, come richiesto dall'RME, Registro di Medicine Empiriche.

*Siamo presso YOGA DYNAMICO - Via Chiosso 15 Lugano Resega - tel. +41 79 924 69 47
info@nadesh-ayurveda.com*



PROGRAMMA

I contenuti teorici nell'ayurveda sono di fondamentale importanza per poter comprendere pienamente come applicare le tecniche di massaggio. L'individuo è corpo - mente - spirito, il terapeuta scoprirà come riequilibrare il paziente facendo un'analisi della persona, individuando la sua costituzione e collegando il disturbo nel contesto dell'interpretazione cosmologica della filosofia indiana.

PROGRAMMA AUTUNNO/INVERNO

STORIA E FILOSOFIA 1

- Purusha e prakriti
- L'origine degli elementi
- Le 20 qualità
- Teoria del dosha Vata - sedi, funzioni,
- il tipo Vata - fisicamente, fisiologicamente e mentalmente
- la cura dell'addome
- Cicli stagionali e giornalieri del dosha Vata
- Teoria del subdosha Vata
- Prakriti e vikriti del dosha Vata

YOGA E MEDITAZIONE 1

- Il respiro e le asana per pacificare Vata

TEORIA E PRATICA DEL MASSAGGIO 1

- Il massaggio completo per pacificare Vata
- Prodotti e oli adatti a Vata - LIVELLO BASE

*Siamo presso YOGA DYNAMICO - Via Chiosso 15 Lugano Resega - tel. +41 79 924 69 47
info@nadesh-ayurveda.com*



PROGRAMMA PRIMAVERA

STORIA E FILOSOFIA 2

- Teoria del dosha kapha – sede, funzioni
- Il tipo Kapha – fisicamente, fisiologicamente e mentalmente
- Ama - tossine
- Cicli stagionali e giornalieri del dosha
- Teoria del sub dosha kapha
- Prakriti e vikriti del dosha kapha

YOGA E MEDITAZIONE 2

- Il respiro e le asana per pacificare Kapha

TEORIA E PRATICA DEL MASSAGGIO 2

- Il massaggio completo per pacificare kapha
- Prodotti e oli adatti a Kapha – LIVELLO BASE

PROGRAMMA PRIMAVERA/ESTATE

STORIA E FILOSOFIA 3

- Teoria del dosha Pitta – sedi, funzioni
- il tipo Pitta - fisicamente, fisiologicamente e mentalmente
- Agni – il potere digestivo
- Cicli stagionali e giornalieri del dosha Pitta
- Teoria del subdosha Pitta
- Prakriti e vikriti del dosha Pitta

YOGA E MEDITAZIONE 3

*Siamo presso YOGA DYNAMICO - Via Chiosso 15 Lugano Resega - tel. +41 79 924 69 47
info@nadesh-ayurveda.com*



- Il respiro e le asana per pacificare Pitta

TEORIA E PRATICA DEL MASSAGGIO 3

- Il massaggio completo per pacificare Pitta
- Prodotti e oli adatti a PITTA - LIVELLO BASE