



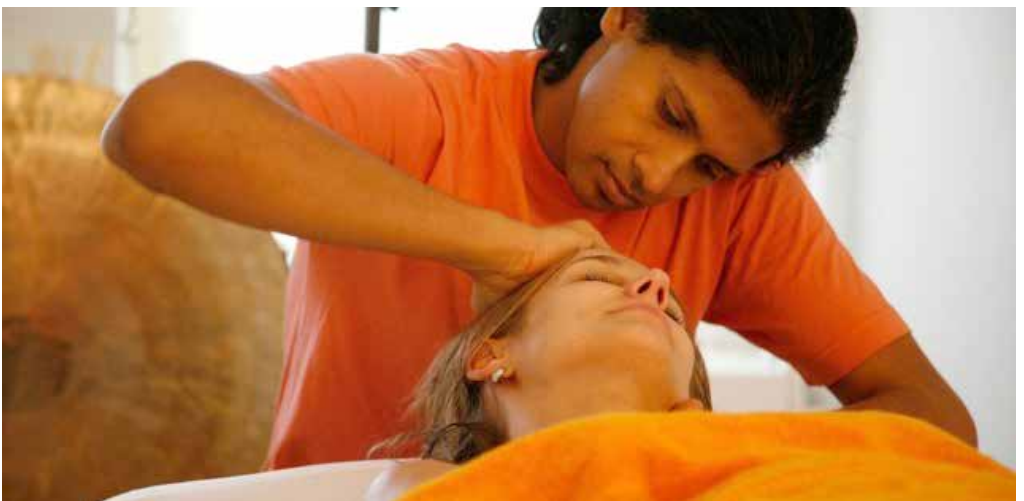
**Ayurveda-Massage-
Practitioner**

Lehrgang mit anerkanntem Abschluss



Die Welt setzt sich aus fünf Elementen zusammen:
Erde, Wasser, Feuer, Luft und Äther.
So auch unser Körper.
Er ist so etwas wie eine Welt im Kleinen.
Daher müssen alle diese Elemente im Körper
im richtigen Verhältnis zueinander vertreten sein:
Reine Erde, reines Wasser,
reines Feuer oder Sonnenlicht,
reine Luft und freier Raum.

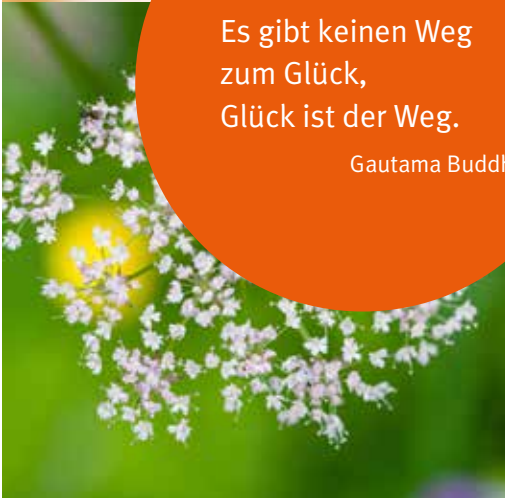
Mahatma Gandhi





Es gibt keinen Weg
zum Glück,
Glück ist der Weg.

Gautama Buddha



Was ist Ayurveda?

Ayus Ist ein Begriff aus dem Sanskrit und bedeutet «Leben».

Veda stammt ebenfalls aus dem Sanskrit und bedeutet «Wissen».

Ayurveda bedeutet also die Weisheit vom Leben und ist ein über 5000 Jahre altes ganzheitliches System zur Gesunderhaltung des Menschen.

Gesundheit ist Harmonie

Ayurveda basiert auf der Grundannahme, dass der gesamte Kosmos, also auch der Mensch, seine Nahrung und seine Umgebung sich in unterschiedlichen Anteilen aus fünf Elementen zusammensetzt:

Äther, Luft, Feuer, Wasser und Erde.

Diese Elemente bestimmen in ihrer Mischung auch die drei Grundenergien oder Doshas: Vata, Pitta und Kapha.

Die ayurvedische Heilkunde zielt darauf ab, die Harmonie der Grundenergien wieder herzustellen. Ein wesentlicher Bestandteil von Ayurveda sind die vielfältigen Massage-Techniken und Öl-Anwendungen.



Die Ausbildung Ayurveda-Massage-Practitioner

An wen richtet sich die Ausbildung?

Es sind keine besonderen Vorkenntnisse nötig. Die Ausbildung ist offen für alle Interessierten an Massage, Ayurveda und Körperarbeit. Voraussetzung sind Freude und Motivation zum praktischen und ganzheitlichen Arbeiten mit Menschen.

Die Ausbildung

Die Ausbildung zum Ayurveda-Massage-Practitioner vermittelt sowohl die theoretischen Grundlagen wie auch die Praxis der Techniken und Behandlungsabläufe der ayurvedischen Ölmassage.

Tauchen Sie ein in die Geschichte und Philosophie von Ayurveda, welches seinen Ursprung vor über 5000 Jahren in Indien hat und der Gesunderhaltung des Menschen dient. Sie erlernen die Konstitutionsbestimmung (Doshas) und die darauf basierenden Behandlungsstrategien, die ayurvedischen Techniken der Ganzkörper- und Teilkörpermassagen mit typgerecht abgestimmten Ölen, Kräuterpulvern oder Seiden-Handschuhen als Einzel- und Synchronmassage.

Ausbildungsumfang

Die Ausbildung umfasst 5 Stufen à 5 Tage und 42 Stunden, insgesamt 210 Stunden. In den ersten 4 Stufen wird Theorie und Praxis der ayurvedischen Heilkunde und Massage vermittelt. Stufe 5 bietet Ihnen die einmalige Gelegenheit, als Praktikum eine Ayurveda-Kur zu begleiten und entsprechende Fähigkeiten zu erwerben.

Diplom und Anerkennung

Die Ausbildung schliesst mit einer schriftlichen und praktischen Prüfung ab.

Für die Anerkennung durch die Zusatzversicherung bei ausgewählten Krankenkassen (über die Registrierungsstellen EMR und ASCA) benötigen Sie neben dem Ayurveda-Massage-Diplom zusätzlich eine Ausbildung in med. Grundlagen von mind. 150 Std. Wir empfehlen, diese parallel zur Ayurveda-Massage-Ausbildung zu besuchen (am Kientalerhof möglich).

Ausbildungsinhalte

- Allgemeine Einführung in die theoretischen Grundlagen
- Philosophie des Ayurveda
- Ayurvedische Konstitutionslehre
- Ayurvedische Diagnoseverfahren
- Grundlagen ayurvedischer Anatomie und Physiologie
- Ölanwendung im Ayurveda
- Spezielle Techniken der Teilkörpermassage Verdauung und Ausscheidung
- Grundlagen der Reinigungstechniken
- Ayurvedische Gesundheitslehre
- Ayurvedische Tages- und Jahresroutine
- Anatomie des Bewegungsapparates: Haltungsrbeit, Körpertraining, Yoga
- Symptome und Verlauf von Krankheiten
- Individuelle konstitutionsgerechte Behandlungsstrategien
- Grenzen und Möglichkeiten ayurvedischer Therapie
- Ölkunde und Produkteschulung

Die 5 Ausbildungsstufen

Stufe 1

Inhalt

- Grundlagen zur Theorie und Philosophie des Ayurveda
- Praktische Anatomie des Bewegungsapparates
- Grundlagen der ayurvedischen Ganzkörperölmassage (Abhyanga)
- Griffe und Behandlungsablauf der Abhyanga
- Spezielle Techniken der Teilkörpermassage und Ölanwendungen
- Yoga

Kursziele

- Sie kennen die wesentlichen Merkmale der ayurvedischen Philosophie und Konstitutionslehre und können diese benennen
- Sie verstehen die Grundlagen der ayurvedischen Ganzkörperölmassage (Abhyanga)
- Sie kennen die Griffe und Behandlungsablauf der Abhyanga sowie spezielle Techniken der Teilkörpermassage und Ölanwendungen und können diese praktisch anwenden
- Sie haben Yoga-Übungen kennengelernt und können diese im Alltag anwenden

Stufe 2

Inhalt

- Vertiefte Grundlagen zur Theorie und Philosophie des Ayurveda)
- Praktische Anatomie des Bewegungsapparates
- Grundlagen, Griffe und Behandlungsablauf der Kairali-Marma-Massage, der Padabhyanga-Massage (Ayurvedische Fussreflex-Massage), der Pristha-Abhyanga-Massage (Ayurvedische Rücken-Intensiv-Massage) sowie der Garshana-Massage (Ayurvedische Seidenschuh-Trockenmassage)
- Udvartana – trockene Kräuterpulver-Massage
- Spezielle Techniken der Teilkörpermassage und Ölanwendungen
- Yoga und Pranayama

Kursziele

- Sie kennen die wesentlichen Merkmale der ayurvedischen Konstitutionslehre und können einfache Anamnesen erstellen
- Sie kennen Grundlage, die Griffe und den Behandlungsablauf der Kairali-Marma-, der Padabhyanga-, der Pristha-Abhyanga- und der Garshana-Massage und können diese praktisch anwenden
- Sie haben Yoga- und Pranayama-Übungen kennengelernt und können diese im Alltag anwenden

Stufe 3

Inhalt

- Thermotherapie mit:
 - Pinda Sveda-Kräuterstempel-Massage
 - Kadvasthi – lokale, spezifische Ölbehandlung
 - Shirodhara-Stirnguss
- Rasayana-Regenerations-Behandlung
- Yoga und Pranayama

Kursziele

- Sie kennen die wesentlichen Merkmale der ayurvedischen Thermotherapie-Anwendungen und wissen, wann man diese einsetzt
- Sie kennen Grundlage, Griffe und Behandlungsablauf der Pinda Sveda-Kräuterstempel-Massage, der Rasayana Regenerations-Behandlung, einer Kadvasthi Ölbehandlung und eines Shirodhara Stirngusses und können diese praktisch anwenden
- Erlernte Yoga- und Pranayama-Übungen können Sie im Alltag anwenden

Stufe 4

Inhalt

- Präsentation und Erläuterung der Panchakarma-Kur
- Mukha-Abhyanga – Kopf- und Gesichtsmassage spezifischer Punkte
- Akshitarpana – Augenbehandlung
- Trataka – Augenübungen
- Nasya – Nasenreinigung
- Karnapurana – Behandlung mit Ohrkerzen
- Bhastrika & Bhramari Pranayama – spezielle Atemübungen
- Yoga
- Indikation und Kontraindikationen Ayurvedischer Behandlungen
- Nachsorge und Klienten-Führung

Kursziele

- Sie kennen Sinn und Inhalt der Panchakarma-Kur und können die wesentlichen Punkte benennen.
- Sie kennen Indikation und Kontraindikationen von ayurvedischen Behandlungen
- Die erlernten Behandlungen der Mukha-Abhyanga, Akshitarpana, Nasya und Karnapurana können Sie erläutern und praktisch anwenden.
- Sie wissen um die Wirkung von Trataka-, Bhastrika-, Bhramari Pranayama und Yoga-Übungen, wenden diese im Alltag an und können sie weiter vermitteln.

Stufe 5

Die Ayurveda-Massage wird oft im Kontext einer Ayurveda-Kur ausgeübt. Um dieses Umfeld und die entsprechenden Kompetenzen zu erwerben, bieten wir im Stufe 5 ein Praktikum in einer Ayurveda-Kur an. Es muss für die Ausbildung mind. einmal besucht werden, kann aber (bei Platzverfügbarkeit) wiederholt werden.

Im Praktikum verfeinern die Studierenden nicht nur die praktische Anwendung verschiedener Ayurveda-Massage-Techniken unter realen Kurbedingungen, sondern lernen auch weitere Fähigkeiten, die wesentlich für die Mitarbeit in einem Kur- oder Spa-Betrieb oder die selbständige Praxistätigkeit sind.

Inhalt

- Praktikum während Ayurveda-Kur (Anwendungen und Behandlungstechniken aus dem Pancha Karma)
- Yoga
- Supervidierte Mitarbeit in der Kurbegleitung und theoretische Vermittlung der Kur-Nachbegleitung
- Beisitz in ayurvedischer Anamnese-Konsultation: Praxis in ayurvedischer Diagnose inkl. Fragetechniken und Aufbau der Anamnese
- Allgemeines Berichtswesen und Time Management
- Einrichtung einer ayurvedischen Praxis und Hygieneordnung

Kursziele

- Sie erwerben die notwendigen Kompetenzen, um eine Ayurveda-Kur zu begleiten
- Sie wenden ayurvedische Massagen unter Kur-Bedingungen an
- Sie besitzen grundlegende Kenntnisse der Anamnese und des Berichtwesens
- Sie halten den hohen Standard der Hygieneordnung in Kur und persönlicher Praxis ein



Lehrpersonen



Umesh Tejasvi (IN)

stammt aus Bangalore, Südindien. Nach dem Studium der Ayurveda-Medizin zog er nach Europa. Hier vertieft er seit 15 Jahren seine Erfahrung als Ayurveda-Mediziner und Ausbilder. Gemeinsam mit seinem Experten-Team betreibt Umesh Tejasvi ein Ayurveda-Center am Kientalerhof und in Zürich und ist Schulleiter der Ayurveda-Massage-Schule am Kientalerhof. Er ist Autor des Buches „Mein Ayurveda – So schmeckt das Universum.“



Beate Funke-Fervers (D)

ist Heilpraktikerin und seit 2007 mit eigener Praxis in Mönchengladbach. Vor der eigenen Praxisgründung erlernte sie manuelle Therapieverfahren, Ab- und Ausleitungsverfahren und Meditationstechniken in ihrer Lehrpraxis in Deutschland. Spezialisiert hat sie sich auf ayurvedische Heilverfahren mit dem Schwerpunkt ganzheitliche Frauenheilkunde. Am Kientalerhof leitet sie ganzheitliche Ayurveda-Kuren und ist als Dozentin für die Ausbildung von Ayurveda-Practitioner tätig.

Kursadministration



Doris Kahl

Kursmanagement
Ausbildung Ayurveda

Tel. Direkt 033 676 76 24

Kientalerhof

Schule für Körpertherapie Kiental BE, Wetzikon ZH, Wil SG

Der Kientalerhof hat eine langjährige Tradition und unschätzbare Erfahrung mit einem fundierten Angebot von professionellen Grundausbildungen und Fortbildungen in verschiedenen Methoden der Körperarbeit. Sie werden laufend den neuesten Erkenntnissen und Anforderungen angepasst und weiterentwickelt.

Wir bieten unter anderem Ausbildungen in folgenden Bereichen an:

Shiatsu

Biodynamische Craniosacral Therapie

Akupressur Therapie

Trager Therapie

Tibetan Cranial Therapie

Ayurveda Massage

Esalen Massage

Qi Gong

Colon Hydro Therapie

Medizinisches Wissen / Tronc Commun

Logotherapie

Traumatherapie

Systemische Aufstellungen

Geistiges Heilen



Detaillierte Informationen finden Sie auf www.kientalerhof.ch

Haben Sie Fragen oder wünschen Sie eine Beratung?

Rufen Sie uns an – Tel. 033 676 26 76.

Wir freuen uns auf Ihr Interesse!

Der Kientalerhof

Wir wollen dazu beitragen, dass Menschen ihren eigenen Weg finden und die Fülle ihrer Möglichkeiten kennen und ausschöpfen. Das Wissen darum trägt jeder in sich. Oft ist es verschüttet unter Druck, zu hohen Ansprüchen oder Angst.

Hier bei uns finden Sie Zeit, Stärkung und achtsame Begleitung, um zu Ihrer Lebendigkeit und Ihren Werten zu finden. Dabei helfen Ihnen die ruhige, ursprüngliche und kraftvolle Umgebung, Begegnungen mit Weggefährten-Innen und die vielfältigen Möglichkeiten des Lernens, die wir anbieten.

Die Ruhe im Kiental schafft beste Voraussetzungen für gemeinsames Lernen inmitten der Natur. Kraftvolle Stille in einer Berglandschaft, die uns die schöpferischen Mächte der Natur ahnen lässt: Der Kientalerhof ist ein inspirierender Ort.

Bei uns finden Sie eine besinnliche, erholsame und entspannte Atmosphäre, die Ihre Gedanken ins Fließen bringen und Ihre Konzentration sinngebend auf das Wesentliche zu richten unterstützt.

Ein wichtiges Merkmal unseres Hauses ist die von unseren Gästen sehr geschätzte kreative Naturküche. Unsere Küche ist schmackhaft, nahrhaft, sinnvoll, phantasievoll, frisch und «unique» – lassen Sie sich überraschen!

Unser Kurszentrum in Wetzikon ist speziell eingerichtet für körpertherapeutische Arbeit, so dass Sie hier die besten Voraussetzungen für intensives gemeinsames Lernen vorfinden. Der Kursort ist in Bahnhofsnähe Wetzikon und innert 15 Minuten von Zürich HB gut erreichbar. Wir sind nah bei Ihnen, damit Sie nah bei sich zuhause sind.



Kientalerhof Bildung Körperarbeit Bewusstseinsentfaltung

Griesalpstrasse 44 CH-3723 Kiental | Zürcherstrasse 29 CH-8620 Wetzikon
T: +41 33 676 26 76 | info@kientalerhof.ch | www.kientalerhof.ch

06.07.2020