

## CORSO DI MASSAGGIO AYURVEDICO I ° LIVELLO

ATTENZIONE! GRANDE GIORNATA PROMOZIONALE  
WORKSHOP DEL CORSO DI MASSAGGIO AYURVEDICO

VENERDÌ 13/07 DALLE 10.00 ALLE 17.30

TEORIA IN AULA –LABORATORIO E PRATICA CON PRANZO AYURVEDICO!!

QUOTA INDIVIDUALE EURO 80,00!

*Scrivi a: [corsi.liberi@ayurveda-it.org](mailto:corsi.liberi@ayurveda-it.org)*

**Prossime date da definire mese di settembre**

Orario indicativo: 10.00 – 13.30 15.00 – 18.00

	<b>mattina</b>	<b>pomeriggio</b>
<b>1° giorno</b>	Teoria sui principi fondamentali dell'Ayurveda	Teoria sui principi fondamentali dell'Ayurveda
<b>2° giorno</b>	Teoria sui Principi Fondamentali del Massaggio Ayurvedico	pratica di <i>Sarvabhyanga</i> (massaggio su tutto il corpo)
<b>3° giorno</b>	teoria e pratica di: <i>shirobhyanga</i> (massaggio alla testa) <i>padabhyanga</i> (massaggio ai piedi) <i>nasa purna</i> (oleazione dal naso) <i>karna purna</i> (oleazione dalle orecchie)	pratica di <i>Sarvabhyanga</i> (massaggio su tutto il corpo)
<b>4° giorno</b>	Teoria e pratica di <i>Shirodhara</i> (terapia per i disturbi del sistema nervoso)	Teoria e pratica di <i>shirodhara</i> (terapia per i disturbi del sistema nervoso)
<b>5° giorno</b>	teoria di <i>Sirobasti</i> (oleazione della testa) teoria e pratica di : - <i>Kati basti</i> - <i>Dhara locale</i> (oleazione di una parte del corpo) - <i>Udvaartana</i> (oleazione con pasta di erbe)	conclusione teorica del corso consegna degli attestati pratica libera delle tecniche apprese

## CORSO DI MASSAGGIO AYURVEDICO II LIVELLO

**Prossime date da definire**  
Orario: 10.00 – 13.30 15.00 – 18.00

	<b>mattina</b>	<b>pomeriggio</b>
<b>1° giorno</b>	Teoria sui principi fondamentali dell'Ayurveda	Teoria sui principi fondamentali dell'Ayurveda
<b>2° giorno</b>	Teoria dei <i>marmas</i> ( <i>punti vitali</i> )	pratica di <i>sarvabhyanga</i> con particolare attenzione alla localizzazione dei principali <i>marmas</i>
<b>3° giorno</b>	teoria di <i>Pizhichil</i>	pratica di <i>Pizhichil</i>
<b>4° giorno</b>	preparazione di yogurt e latte medicato -teoria di sirodhara (con yogurt e latte medicato)	pratica di sirodhara con yogurt e latte medicato
<b>5° giorno</b>	teoria e pratica della preparazione di un olio o di un ghee medicato	conclusione teorica del corso consegna degli attestati pratica libera delle tecniche apprese

## CORSO DI MASSAGGIO AYURVEDICO III LIVELLO

**Prossime date da definire**  
**Orario: 10.00 – 13.30 15.00 – 18.00**

	<b>mattina</b>	<b>pomeriggio</b>
<b>1° giorno</b>	Teoria sui principi fondamentali dell'Ayurveda- Parte III	Teoria sui principi fondamentali dell'Ayurveda-Parte III
<b>2° giorno</b>	Teoria della fomentazione, di Pinda sveda ,e di Shastishali	Pratica della fomentazione
<b>3° giorno</b>	pratica di <i>Shastishali</i>	Introduzione teorica al <i>Panchakarma</i>
<b>4° giorno</b>	Teoria di basti (enema)	pratica di basti
<b>5° giorno</b>	pratica di <i>Pinda Sveda</i> (tamponi con erbe,con sale, con sabbia)	conclusione teorica del corso consegna degli attestati

Si consiglia di portare abiti comodi e bianchi, asciugamano e ciabatte.