

## CORSO DI MASSAGGIO AYURVEDICO I ° LIVELLO

24-25-26 novembre 2007  
Orario: 10.00 – 13.30 15.00 – 18.00

1. giorno : Teoria sui Principi Fondamentali dell'Ayurveda  
Parte I

2. giorno: matt : Teoria sui Principi Fondamentali del Massaggio  
Ayurvedico  
pom: pratica di *Sarvabhyanga*  
(massaggio su tutto il corpo)

3.giorno: matt : teoria e pratica di:*shirobhyanga* (massaggio alla testa)  
*padabhyanga* (massaggio ai piedi)  
*nasa purna* (oleazione dal naso)  
*karna purna* (oleazione dalle orecchie)  
pom: pratica di *sarvabhyanga* (massaggio su tutto il corpo)

Teoria e pratica di *Shirodhara*  
(terapia per i disturbi del sistema nervoso)  
teoria di *Sirobasti* (oleazione della testa)  
teoria e pratica di : - *Kati basti*  
- *Dhara locale* (oleazione di una parte del corpo)  
- *Udvartana* (oleazione con pasta di erbe)

conclusione teorica del corso  
consegna degli attestati  
pratica libera delle tecniche apprese

**11-12-13 gennaio 2008**

**CORSO DI MASSAGGIO AYURVEDICO  
II LIVELLO**

**Orario: 10.00 – 13.30 15.00 – 18.00**

1. giorno : Teoria dei Principi Fondamentali di Ayurveda  
II Parte

2. giorno: matt: Teoria dei *marmas* (*punti vitali*)

pom: pratica di *sarvabhyanga* con particolare attenzione  
alla localizzazione dei principali *marmas*

3. giorno: matt : teoria di *Pizhichil*

pom: pratica di *Pizhichil*

preparazione di yogurt e latte medicato

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

### Date da definirsi

Orario: 10.00 – 13.30 15.00 – 18.00

1. giorno: Teoria sui Principi Fondamentali dell ' Ayurveda  
Parte III
2. giorno: matt: Teoria della fomentazione, di Pinda sveda ,e di Shastishali  
pom: pratica della fomentazione
3. giorno : matt:pratica di *Shastishali*  
*pom* : Introduzione teorica al *Panchakarma*
- 4.giorno: matt: teoria di *basti* ( enema)  
pom pratica di *basti*
- 5.giorno: matt: pratica di *Pinda Sveda* (tamponi con erbe,con sale,  
con sabbia)  
pom : conclusione teorica del corso  
consegna attestati

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

Sede del corso Istituto Italiano di Ayurveda – Benessere Form  
Via Santa Caterina D'Alessandria 12