

CORSO

TRATTAMENTI AYURVEDA

Hot Stone e Pindasweda

I Trattamenti Ayurvedici per depurare e purificare mente e corpo, generano una sensazione di piacere e rilassamento profondo, aiutano a calmare e schiarire la mente. La combinazione di calore, oli aromatizzati e massaggio scioglie le tensioni muscolari, permette il drenaggio dei liquidi in eccesso e l'eliminazione delle tossine migliorando la circolazione sanguigna e il metabolismo.

Programma formativo:

Supportati dalla proiezione del video eseguiremo passo passo le manualità del massaggio. Impareremo ad effettuare il Massaggio Ayurveda con Hot Stone (pietre calde) e Pindasweda (tamponamenti a caldo).

A supporto dispense con fotografie e descrizione delle manovre eseguite.

Il seminario ha valenza marcatamente pratica, sul sito Myamo nell'area FAD sono a disposizione dell'allievo materiali di studio e approfondimento.

L'Ayurveda è conosciuto come il più antico sistema di medicina che si occupa del benessere dell'uomo in maniera globale, nel suo aspetto fisico, psichico ed energetico. Si rivolge prevalentemente alla prevenzione delle malattie e alla promozione di un equilibrio duraturo tra l'aspetto fisiologico ed il benessere interiore.