

PROGRAMMA CICLO QUATTRO INCONTRI :MASSAGGI AYURVEDICI PER RIQUILIBRARE I DOSHA

Primo incontro

- Principi fondamentali dell'Ayurveda;
- Cosa si intende per Ayurveda;
- I cinque elementi e i dosha : caratteristiche generali;
- Cosa influenza i dosha;
- I sette stadi dello squilibrio;
- Vivere in salute secondo la filosofia ayurvedica;
- Il massaggio ayurvedico: il massaggio dell'anima;
- Il massaggio Abhyanga o Trheedosha: applicazione e effetti;
- Controindicazioni del massaggio ayurvedico;
- Introduzione al trattamento manuale Abhyanga o Trheedosha: posizione operatore, posizione cliente, attrezzatura ed ambiente di lavoro;
- Prodotti e trattamenti ayurvedici;
- Utilizzo degli oli essenziali durante un massaggio Ayurvedico;
- Aromaterapia ayurvedica, oli essenziali, sinergie e aroma test: cosa sono, come agiscono e quali utilizzare durante un trattamento ayurvedico;
- La diagnosi ayurvedica;
- Scheda manovre massaggio;
- Pratica del trattamento Abyangam o Trheedosha;
- Conclusioni finali.

Secondo incontro

- Ripasso : Principi fondamentali dell'Ayurveda;
- Elementi Etere e Aria: dosha Vata e le sue caratteristiche;
- Cosa influenza il dosha Vata;
- Vivere in salute secondo la filosofia ayurvedica il dosha Vata;
- Il massaggio Vata: applicazione e effetti;
- Controindicazioni del massaggio ayurvedico Vata;
- Introduzione al trattamento manuale Vata: posizione operatore, posizione cliente, attrezzatura ed ambiente di lavoro;
- Prodotti e trattamenti ayurvedici per riequilibrare Vata;
- Aromaterapia ayurvedica, oli essenziali, sinergie e aroma test: cosa sono, come agiscono e cosa utilizzare durante un trattamento Vata;
- La diagnosi ayurvedica;
- Scheda manovre massaggio;
- Pratica del trattamento Vata;
- Conclusioni finali.

Terzo incontro

- Ripasso : Principi fondamentali dell'Ayurveda;
- Elementi fuoco e acqua: dosha Pitta e le sue caratteristiche;

- Cosa influenza il dosha Pitta;
- Vivere in salute secondo la filosofia ayurvedica il dosha Pitta;
- Il massaggio Pitta: applicazione e effetti;
- Controindicazioni del massaggio ayurvedico Pitta;
- Introduzione al trattamento manuale Pitta: posizione operatore, posizione cliente, attrezzatura ed ambiente di lavoro;
- Prodotti e trattamenti ayurvedici per riequilibrare Pitta;
- Aromaterapia ayurvedica, oli essenziali, sinergie e aroma test: cosa sono, come agiscono e quale utilizzare durante un trattamento Pitta;
- La diagnosi ayurvedica;
- Scheda manovre massaggio;
- Pratica del trattamento Pitta;
- Conclusioni finali.

Quarto incontro

- Ripasso : Principi fondamentali dell'Ayurveda;
- Elementi acqua e terra: dosha Kapha e le sue caratteristiche;
- Cosa influenza il dosha Kapha;
- Vivere in salute secondo la filosofia ayurvedica il dosha Kapha;
- Il massaggio Kapha: applicazione e effetti;
- Controindicazioni del massaggio ayurvedico Kapha;
- Introduzione al trattamento manuale Kapha: posizione operatore, posizione cliente, attrezzatura ed ambiente di lavoro;
- Prodotti e trattamenti ayurvedici per riequilibrare Kapha;
- Aromaterapia ayurvedica, oli essenziali, sinergie e aroma test: cosa sono, come agiscono e quale utilizzare durante un trattamento Kapha;
- La diagnosi ayurvedica;
- Scheda manovre massaggio;
- Pratica del trattamento Kapha;
- Conclusioni finali.