



La Tradizione Vive Oggi
Scuola di Formazione per
Tecnici della Terapia e
Operatori del Massaggio

Corso Serale Amatoriale di Massaggio Ayurvedico

“Non c'è alfabeto che non sia un mantra,
non c'è radice che non sia una medicina,
non c'è nessuna persona che sia inutile,
ad essere raro è solo il coordinatore.”
(Mantra dell'Ayurveda)



Viale A.Gramsci, 12
42025 Cavriago (RE)
www.policrea.com

La Scuola

La **Scuola di Formazione Ayurveda Svaha** nasce nel 2010 con l'intento di divulgare la Medicina Ayurvedica nella sua Vera Essenza. Ciò che ci contraddistingue è l'impegno nella **“traduzione” ed applicazione** dei suoi principi millenari alle esigenze e peculiarità della vita occidentale.

Trasmettiamo l'**Ayurveda in forma “viva”, non dogmatica**, perché ogni individuo possa imparare a **RiConoscersi nel profondo, Accettare le proprie Qualità e compiere le sue Scelte di vita in accordo con la propria unicità** e in armonia con la ciclicità dei processi naturali, favorendo la massima espressione delle proprie **Risorse e Potenzialità**.

L'Ayurveda è **“Arte di Vivere”** e interessa ogni aspetto dell'esistenza, non solo la salute e la prevenzione. La sua conoscenza è un **Cammino di riavvicinamento, tramite la cura di sé**, all'equilibrio di corpo, mente e spirito.

Ai nostri allievi offriamo professionalità, passione, attenzione e un **accompagnamento personalizzato verso i propri obiettivi personali e lavorativi**.

Perché per Noi la Tradizione Vive, Oggi.

Obiettivi

Fornire le **conoscenze di base** della visione ayurvedica del Vivere Quotidiano

Apprendere e Sperimentare su di sé **Tecniche Tradizionali di base del Massaggio Ayurvedico**

Beneficiari di un profondo Rilassamento e della gradevolezza del contatto con gli olii ayurvedici

Migliorare il livello di **Benessere** e la **Capacità di Ascolto e di relazione** verso se stessi e gli altri

Promuovere l'**integrazione di pratiche ayurvediche nella Vita Quotidiana** di ciascuno

Favorire un **approccio gioioso e al tempo stesso corretto al mondo dell'Ayurveda**

CENNI di TEORIA AYURVEDICA

Introduzione all'Ayurveda

Dai 5 Elementi ai Tridosha

Le 20 Qualità del Tutto

Costituzioni fisiche e mentali

I Tessuti corporei

Il Prana: l'Energia Vitale

Il Fuoco Digestivo e i Sapori

Escreti e Tossine

I Canali fisici ed energetici

Routine Giornaliera e Stagionale

Il Corso

Il Corso Amatoriale è rivolto a coloro che desiderano imparare i **fondamenti della disciplina ayurvedica del Buon Vivere** e delle **tecniche di base del Massaggio Ayurvedico**, per ottenere un rilassamento dalle tensioni causate dal vivere quotidiano **per Sé, per i propri familiari e amici**.

Il Corso permetterà di realizzare, qui in Italia, con le indicazioni ayurvediche, uno **Stile di Vita conforme alla propria intima Natura**, radicata nella Salute.

Si svolge la sera con **cadenza pressochè quindicinale**, per un totale di 15 incontri.

Al termine viene rilasciato un attestato di frequenza.

Orario delle lezioni:
martedì dalle 18.30 alle 22.30

Materie e Insegnanti

☯ **Teoria e Pratica Ayurvedica:**

Laura Malanchini

Contributo

rate mensili	3 rate	unica soluzione
120 € x 7 mesi	720 €	650 €

programma

PRATICA AYURVEDICA

Manualità Ayurvediche di Base

Massaggi Parziali

Piedi - Gambe - Glutei

Schiena - Cervicale

Spalle - Braccia - Mani

Addome - Petto

Viso - Testa

Trattamenti per il Viso

Massaggio Completo (Trattamento Tridoshico)

Automassaggio

Corretto utilizzo degli oli

Rimedi Casalinghi