

Kursinnehåll

* **Grundkurs i Ayurveda:** 14 timmar / 2 dagar.

* **Praktisk utbildning:**

Genomgång av de olika teknikerna, uppföljning och feedback. Genomgång av terapeutiska effekter och vad behandling är bra för. Presentation av olika massageoljor. Beredning av terapeutiska oljor med örter i m.m. 156 timmar/ 22 dagar.

* **Meditationsteknik:** Frivilligt 10 tim.

* **Elevbehandlingar:** ca 30 tim. utanför kurstiden.

* **Individuell testning:** ca 10 tim. utanför kurstiden.

För att bli diplomerad krävs det att du är närvarande vid kurstillfällena, gör elevbehandlingar och genomför testbehandlingar.

Utbildningen är godkänd av Kroppsterapeuternas Yrkesförbund, d.v.s. att du, efter diplomering, kan söka medlemskap i KY.

Ny kursstart:

www.ayurveda-akademin.se

Max 8-10 deltagare.

Lokal:

Ayurveda-Akademin, Åkervägen 1, 191 40 Sollentuna. Pendeltåg från centralen mot Märsta eller Uppsala C, station Helenelund.

Kursavgift:

26.500 inkl moms. Kursavgiften kan avbetalas efter överenskommelse.

Anmälan:

Betala in anmälningsavgiften 2500:- och mejla oss dina kontaktuppgifter. PG 838 61 14-6 Ayurveda-Akademin.

Kontakt:

0708-67 37 08, 08-35 13 20

info@skand.org

Kursreferenser

Jag har under hela utbildningstiden känt mig privilegerad. Skandinaviska Institutets utbildning till Ayurvedisk massageterapeut har bredd och kvalitet. Jag har fått lära mig den helt fantastiska A-V massagen på ett lugnt och pedagogiskt vis. Meditation som ingår i utbildningen har gett mig ett avslappnat handlande och ett djup i mig själv. Jag har växt kunskapsmässigt och mentalt samtidigt som jag har lärt känna underbara människor. Tack!

- *Marlene N Upplands Väsby*

Jag kom med förväntningen att lära mig mer om ayurveda och en del om massage för att kunna sprida det i min omgivning. Det jag fick var en resa som gjorde mig helare och fick mig att må bra. Jag lärde mig vad beröring, oljor och värme kan ge. Och genom egen erfarenhet att behandlingarna har en avstressande effekt. Denna kurs fick mig att än mer vilja lära mig om de enkla sakerna som kan göras för ett bättre liv.

- *Astrid S Borlänge*

Vi fick lära oss den A-V massagen mycket grundligt och dessutom fick vi inblick i så mycket mer än bara massage. Jag är mer än nöjd med utbildningen. Kände mig väl omhändertagen av lärarna som ser varje elevs individuella behov.

- *Ulrika C Hägersten*

"Utbildningen i Ayurvedisk massage hos Skandinaviska Institutet har för mig öppnat dörrar till helt nya dimensioner av mig själv. Jag har med hjälp av Johans varma, öppna och personliga handledning funnit oanade resurser inom mig själv. Mina perspektiv har vidgats och jag har funnit ett helt nytt och inspirerande förhållningssätt till såväl livet som människan.

Att jag dessutom blev massör... det var bara en bonus."

- *Sanna R Täby*

Utbildning till Ayurvedisk Massageterapeut



Skandinaviska
Ayurveda-Akademin
www.ayurveda-akademin.se

Ayurvedisk massageterapeut

Inom Ayurveda fokuserar man på att skapa balans. Vad som skapar balans för olika människor är individuellt, därför används olika typer av kroppsterapier för att uppnå olika effekter. I denna lärartäta utbildning får du lära dig ett urval av de vanligaste ayurvediska behandlingarna. De kan användas i terapeutiskt syfte, för att förebygga sjukdom, reducera stress eller för att öka välmående. Kursen riktar sig både till dig som vill jobba professionellt med Ayurveda och till dig som vill använda behandlingarna på ett mera personligt plan. Eftersom de flesta ayurvediska behandlingarna ges i tysthet och förstärks av terapeutens närvaro, så inkluderar kursen även frivillig meditation och några andra tekniker för personlig utveckling.

Om lärarna

Johan Ljungsberg har 30 års erfarenhet av Ayurveda och är utbildad Panchakarma terapeut. Johan var en av initiativtagarna till starten av Veda Lila och grundade Skandinaviska Institutet tillsammans med Dr. Vora 1997. Johan har också över 30 års erfarenhet av Yoga och indisk filosofi och är internationellt utbildad meditationslärare.

Berit Carlmalm har en lång bakgrund inom hälso- och sjukvården. Hon har efterhand inriktat sig på holistisk medicin och då främst inom ayurveda, yoga och systemiska familjekonstellationer. Berit är utbildad ayurvedisk hälsorådgivare och ayurvedisk massageterapeut vid Skandinaviska Ayurveda-Akademien.

Emma Gustafsson kom i kontakt med ayurveda år 2012. Kort därefter utbildade hon sig till Ayurvedisk hälsorådgivare. I början av 2014 åkte Emma till Indien där hon fördjupade sig i pulsläsning. På Ayurveda Akademien jobbar Emma med panchakarma och utbildning.



Följande behandlingar ingår

Abhyanga

En klassisk ayurvedisk, nedvarvande helkroppsmassage med varm olja. Du får lära dig både en 60 och en 90 minuters Abhyanga.

Garshan

En uppiggande och stimulerande torrmassage med råsidenvantar, som stimulerar förbränningen i fettvävnaden och hjälper kroppen att rensa ut slaggprodukter. 20 min.

Kali chikitsa / Ayurvedisk ryggbehandling

En traditionell ryggbehandling mot värk och stelhet, där man jobbar med massage, varma oljor och uppvärmda örtknyten.

Marma

Marma balanserar s:k ”triggerpunkter” eller akupunkturpunkter på kroppen. Dessa punkter renas och balanseras med hjälp av lätt beröring, eteriska oljor och terapeutens uppmärksamhet. En djupt avkopplande behandling som fyller på med ny livskraft. 60 min.

Shiroabyanga

För huvud, ansikte, nacke och axlar. Den används för att skapa klarhet, lösa upp spänningar och minska stress, 15-20 min

Shirodhara

Rinnande oljestråle på pannan. En exklusiv behandling som har en magisk effekt på sinnet. 20-30 min.

Svedana

Svedana betyder ”att svettas” och är ett samlingsnamn på ett flertal behandlingar där man använder värme. Du får lära dig att ge svedana i svetthydda och hur du kan tillföra värme lokalt som ett komplement till behandlingarna.

Vishesh

En kraftigare massage som kräver mera av terapeuten, då man använder hårdare tryck för att komma åt muskelspänningar. 60 min.

Läs mer om de olika behandlingarna på:
www.ayurveda-akademien.se

