

CORSO DI MASSAGGIO AYURVEDICO

INTRO

Avvicinati alla filosofia Ayurveda dove l'uomo è concepito in armonia con il tutto e impara il massaggio che agisce come ottimo riequilibrante energetico e viene molto usato per il trattamento dei principali inestetismi estetici.

TITOLO RILASCIATO: CERTIFICATO DI FREQUENZA
DURATA DEL CORSO: 3 Giorni

DESTINATARI

La formazione in questa tecnica risulta ideale per chi ha già una formazione nei massaggi e vuole perfezionare o arricchire il proprio lavoro, presentandolo in modo serio e professionale.

REQUISITI DI ACCESSO: Il Corso è accessibile a chi possiede già una conoscenza di base delle manualità del massaggio.

MAX POSTI DISPONIBILI: 14

OBIETTIVI

La filosofia Ayurveda ha origini lontanissime, eppure la troviamo ai tempi nostri ancora estremamente attuale. 5000 anni fa alcuni anziani sciamani si riunirono per comprendere quelle che dovevano essere le grandi verità che avrebbero portato ad una vita sana ed equilibrata. Il mondo della filosofia Ayurveda è vastissimo ed è lì che troviamo il primo concetto olistico: l'uomo concepito in armonia con il tutto, nella sua totalità di corpo ed anima in equilibrio con l'ambiente che lo circonda e con l'universo stesso che lo accoglie. In questo Corso Massaggio Ayurvedico di primo livello, dedicheremo parte delle ore ad approfondire la conoscenza della filosofia e dello stile di vita, in modo da iniziare a comprendere il senso di ciò che andremo a fare nella pratica. Svilupperemo la conoscenza dei Dosha, le tecniche per riconoscerli e saperli usare, infine come ci si prepara ad una pratica Ayurveda. Il massaggio è un ottimo riequilibrante energetico e viene molto usato per il trattamento dei principali inestetismi estetici. Nelle ore di pratica, infatti, applicheremo al corpo ciò che teoricamente abbiamo assimilato. Ci metteremo in discussione cercando di abbandonare la nostra cultura occidentale per calarci in quelli che sono gli usi e i modi di vivere dell'affascinante cultura Indiana.

PROGRAMMA

Storia dell'Ayurveda
Filosofia ayurvedica
Teoria dei Dosha
Introduzione al Massaggio Ayurvedico
Benefici del massaggio

Tecniche del massaggio
Oli e Ayurveda
Chakra
Preparazione di se stessi e del setting operativo
Manualità pratica relativa al Dosha

SVILUPPO

Lo studente apprenderà, durante la prima parte del Corso, la parte teorica della formazione, tramite l'ausilio di una dispensa provvista di immagini esplicative, sotto la guida del docente. Nella seconda parte del Corso, che prenderà la maggior parte delle ore formative, lo studente avrà modo di praticare le varie manovre della tecnica di massaggio ayurveda, fino all'esecuzione completa del massaggio stesso. Gli studenti effettueranno il massaggio tra di loro così da apprendere la tecnica ma nello stesso tempo sentirla e sperimentarla sul proprio corpo.