

AYURVEDA-AUSBILDUNGEN

ZUM PRACTITIONER & THERAPEUT

Die Ayurveda-Ausbildung vermittelt **tiefgreifende und fundierte Kenntnisse** dieses seit Jahrtausenden bewährten und faszinierenden **Gesundheitssystems**.

Diese Ausbildung eignet sich für Dich, wenn Du:

- Ayurveda **umfassend kennenlernen** und begreifen möchtest
- Du das Ayurveda System in **eigener Praxis** oder für Deinen Yogaunterricht anwenden möchtest
- Du Deine Mitmenschen auf einem ganzheitlichen Weg als Ayurveda-Coach begleiten möchtest
- Du Dir ein tieferes Verständnis Deiner selbst und Deiner Mitmenschen wünschst
- Du eine gesunde und nachhaltige Lebensweise im Sinne von Ayurveda erlernen möchtest

Die Ausbildung ist modular aufgebaut und besteht aus Intensiv-Wochenendseminaren. Sie haben jeweils einen Umfang von 23 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten. Die Ausbildungsblöcke können auch einzeln gebucht und somit individuell kombiniert werden.

Es empfiehlt sich jedoch, die Basisausbildung zum AYURVEDA PRACTITIONER in einem Stück und alle drei Blöcke vollständig zu absolvieren.



KATRIN BLÜGE

Heilpraktikerin

Eigene Naturheilpraxis seit 2004

Klinische Ayurveda Spezialistin Seva Ayurveda Akademie, München

Studienaufenthalte

in verschiedenen ayurvedischen Hospitälern und Ashrams in Indier

Klassische Homöopathie mit dem Zusatz "Prozessorientierte Homöopathie", Homöopathiezentrum Hannover

Yogalehrerin (BYV) mit dem Schwerpunkt Yogatherapie **Ausbildungsleiterin** Yogalehrer-Aus-

bildung mit dem SatyaYoga Institut

Ausbildungsleiterin für Ayurveda Ausbildungen seit 2010

Zusätzliche Fachausbildungen im Bereich Ayurveda:

- · Ayurvedische Phytotherapie
- Panchakarma
- Marmapunkttherapie
- Puls- und Zungendiagnose
- Irisdiagnose
- Ernährungsberatung

Dozentin in der Gesundheitsbildung:

- VHS Hannover
- Bildungsverein Hannover
- DRK Familienbildungsstätte (FABI), Hannover
- Haus Yoga Vidya, Horn-Bad Meinberg
 Zweifache Mutter





AYURVEDA-PRACTITIONER

Die Ayurveda-Grundausbildung stellt den 1. Teil der Ausbildungsreihe dar und vermittelt die Wirkungsweise der ayurvedischen Lehre. Medizinische Grundkenntnisse sind ideal, jedoch nicht zwingend notwendig.



BLOCK I

- Definition und Basiserkenntnisse des Ayurveda
- Einführung in die ayurvedische Anatomie (dhatus, malas, srotas) und
- Einführung in die ayurvedische Physiologie (dosha, agni)
- Kenntnis der ayurvedischen Konstittionslehre
- Definition von Gesundheit und Krankheit im Ayurveda (prakriti und vikriti)
- Krankheitsursachen und -entwicklung aus ayurvedischer Sicht
- Prävention
- Die ayurvedische Diagnostik und Konstitutionsbestimmung anhand von Puls-, Antlitz und Zungendiagnose

BLOCK II

- Die ayurvedischen Reinigungsmethoden (ein Tag mit praktisch angewandten gesundheitserhaltende Maßnahmen und Reinigungsmethoden)
- Einführung in die individuelle ayurvedische Heilernährung
- Fasten und Detox-Maßnahmen aus ayurvedischer Sicht
- tägliche Routinemaßnahmen
- Jahreszeitlich angepasstes und ethisches Verhalten (dinacarya)
- Praktische Anwendungsbeispiele im Ayurveda

BLOCK III & EXAMEN

- Vertiefung des Wissens
- Die ayurvedische Fallaufnahme
- Praktisches Ermitteln der ayurvedischen Konstitution anhand von Fallbeispielen
- Praktische Prüfung und
- Theoretische Pr

 üfung
- Zertifikat

AYURVEDA-PRACTITIONER

Nach erfolgreich bestandener Prüfung bist Du in der Lage:

- Dein erworbenes Wissen im Rahmen von präventiven Konstitutionsbehandlungen an Klienten anzuwenden
- eine Gesundheitsberatung im Präventionsbereich vorzunehmen
- Mitmenschen ayurvedisch zu coachen
- Du kannst mit diesem Wissen Dein Leben nachhaltig und ohne viel Aufwand nach der ayurvedischen Lehre ausrichten



AYURVEDA-THERAPEUT

Die Ausbildung zum Ayurveda-Therapeuten richtet sich an Teilnehmer, die bereits die Grundausbildung zum AYURVEDA PRACTITIONER abgeschlossen haben und sich im Ayurveda weiter fortbilden und spezifizieren möchten. Nach erworbenem Zertifikat zum Ayurveda-Practitioner besteht die Möglichkeit, an vier weiteren Ausbildungen teilzunehmen:

- 1. Ayurveda Ernährung
- 2. Ayurveda Phytotherapie
- 3. Ayurveda Pathologie und Diagnose
- 4. Ayurveda Abhyanga Ayurvedische Ölmassage

Bei erfolgreicher Teilnahme an allen vier Ausbildungsblöcken folgt eine schriftliche Abschlussarbeit. Nach erfolgreichem Absolvieren erhältst Du das Zertifikat:

AYURVEDA THERAPEUT

Während und nach Abschluss der Ausbildung kannst Du an den AYURVEDA STAMM-TISCHEN mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten teilnehmen. Den ersten Teil des Stammtisches macht ein Austausch, Fallbeispiele und "Probleme" aus der Teilnehmergruppe aus. Diese Stammtische finden einmal im Monat statt und sind auf der Website oder im aktuellen Kursflyer angekündigt.



1 AYURVEDA ERNÄHRUNG

- Erstellen konstitutionsbezogener Speisepläne
- Erlernen der Zubereitung der wichtigsten ayurvedischen Grundrezepte (wie z.B. Ghee, Reis, Dhal, Lassi etc.)
- Gewürze als Heilmittel Erlernen der Einsatzmöglichkeiten der wichtigsten ayurvedischen Gewürze und ihren konstitutionsgemäßen Einsatz
- Herstellung ayurvedischer Gewürzmischungen und kompletter Menüs
- Die ayurvedische Fastenküche, genussvolles Reinigen, ohne zu hungern
- Nahrung als Medizin Krankheitsbilder über die richtige Ernährung nachhaltig verbessern

2 AYURVEDA PHYTOTHERAPIE

- Analysieren europäischer und indischer Heilpflanzen nach ayurvedischen Kriterien: Aussehen, Geschmack & Geruch (rasas) und energetischen Eigenschaften (gunas)
- Erkennen der phytotherapeutischen Dynamik (virya) und ihre Wirkungen auf die einzelnen Doshas (vipaka)
- Phytoexkursion in den Wald
- Ermitteln ayurvedischer Anwendungsmöglichkeiten mit therapeut. Nutzen
- Herstellung spezieller ayurvedischer Rezepturen
- Fallbeispiele: Krankheitsbilder mit der richtigen phytotherapeutischen Behandlung kurieren

3 AYURVEDA PATHOLOGIE UND DIAGNOSE

- Intensive Auseinandersetzung mit dem ayurved. Krankheitsbegriff (Vikriti)
- Vertiefendes Verständnis der ayurvedischen Anatomie (shrotas, dhatus, ama, mala, agni) und ihrer Dysfuntionen
- Diagnosemethoden wie die Antlitz-, Puls- und Zungendiagnose
- Krankheitsbilder und Symptomenkomplexe aus ayurvedischer Sicht erfassen
- Interpretation der Ausscheidungen (Malas)
- Üben des Erlernten an Probanden und Fallbeispielen

4

ABHYANGA - AYURVED. ÖLMASSAGE

An diesem Wochenende erlernst Du das Herzstück der ayurvedischen Körperanwendungen - die Abhyanga.

- Indikationen und Kontraindikationen der Abhyanga
- Individuelle und konstitutionsbezogene Druck- Streich- und Richtungstechniken
- Die wichtigsten Energiedruckpunkte Marmapunkte
- Ölkunde

- Praktisches Erlernen der Einzel- & Synchron-Abhyanga
- Tipps für das Umsetzen in die Praxis

ABSCHLUSSEXAMEN: AYURVEDA THERAPEUT

Wiederholung und schriftliche Überprüfung des Erlernten mit abschließendem Zertifikat.



Ich veranstalte regelmäßig kostenfreie Informations-Abende zur Ayurveda-Ausbilung in meiner Praxis direkt am Lister Platz. Übrigens: eine Subvention der Ausbildung im Rahmen der Bildungsprämie ist möglich! Bitte erkundige Dich vor Beginn der Ausbildung bei mir.

Mein Behandlungsspektrum:

- · Medizinische ayurvedische Konstitutionsermittlung
- Ayurvedische Ernährungsberatung und Körperanwendungen
- Ambulante, ayurvedische Ausleitungs- und Reinigungskuren
- Vitalstoffanalyse unter Einbeziehung der Laborwerte
- · Homöopathische Konstitutions- und Akutbehandlung
- Yogaunterricht in offenen und festen Kursen
- Individuelle Einzelvogastunden
- · Coaching für eine ganzheitliche Potentialentwicklung
- Workshops, Seminare und Kochkurse
- Inhouse-Events und Schulungen mit individuellen Themen

Ich freue mich auf Dich!



zeit.raum

PRAXIS AM LISTER PLATZ

Jakobistraße 3 · 30163 Hannover kontakt@zeitpunktraum.eu Telefon: 0511 6968892

Katrin Blüge · Heilpraktikerin · Homöopathin Clinical Ayurveda Specialist · Yogalehrerin