

SEVA Akademie Bangalore

Repräsentanzen St. Gallen ° Wien ° München

TEILNAHME - ZERTIFIKAT

Annabel Kohlmeier

hat an dem Lehrgang

AYURVEDA BASISAUSBILDUNG GRUNDLAGEN Teil I und II

mit Erfolg teilgenommen

Ausbildungsinhalte:

Definition, Ursprung und Geschichte von Ayurveda

Einführung in die Philosophie

Klassische und moderne Literatur

Die fünf Urelemente – Panchamahabhuta

Physiologie und Anatomie:

Sattva, Rajas, Tamas

Die Bioenergien – Dosha

Die sieben Körpergewebe – Saptadhatu

Der Stoffwechsel – Agni – Die toxischen Substanzen – Ama

Die Abfallprodukte – Mala

Die Konstitutionstypen und ihre Bestimmung

Grundlagen der Ernährungslehre – Annavijnana

Die Gesundheitskunde – Swasthavritta

SEVA Produkte und deren Anwendung

Grundlagen der Massage

Erlernen der Selbstmassage von Körper, Kopf, Gesicht, Ohren, Händen, Füßen
und der Ganzkörperölmassage – Abhyanga, Massage von Gesicht und Kopf – Shiroabhyanga,
Massage der Füße – Padabhyanga, Massage der Hände, Schwitzbehandlungen - Swedana

Ausbildungsumfang: 50 Unterrichtsstunden

München, 24.10.2010



Helga M. Schmidt, Schulleiterin
der SEVA Akademie München



Dr. Detlef Grunert, Ausbildungsleiter
Ayurveda-Spezialist, Kinder-/Jugendarzt