

MASAJE AYURVÉDICO

INICIACIÓN AL AYURVEDA



OBJETIVOS:

- * Adquirir conocimientos básicos de la filosofía ayurvédica
- * Adquirir vocabulario propio de la cultura ayurveda
- * Desarrollar destreza en el diagnóstico constitucional a través del pulso.
- * Desarrollar la técnica del “tacto consciente” y autodescubrimiento.
- * Potenciar y desarrollar un concepto de vida equilibrada y responsable.
- * Adquirir conocimientos teóricos y prácticos para desarrollar la técnica de masaje **Abhyanga**

CONTENIDO DEL CURSO:

1º SEMINARIO

- * Historia y filosofía ayurveda: “La filosofía Sankhya”
- * Cronología.
- * Definición de Ayurveda.
- * Bases filosóficas.
- * Ejercicios prácticos de toma de conciencia corporal
- * Maniobras de masaje Abhyanga I

2º SEMINARIO

- * Fundamentos Psicobiológicos de la cultura ayurvédica
- * Los diferentes cuerpos en el ser humano según Ayurveda.
- * El cuerpo Pránico.
- * Respiración correcta: El movimiento prana.
- * Respirar y relajarse.
- * Maniobras de masaje Abhyanga II
- * Ejercicios prácticos de inducción mental

3º SEMINARIO

- * Los 5 elementos constitutivos del Cosmos o Panchamahabootas
- * Concepto Tridosha
- * Qué es Prakruti: Los tipos de constitución psicobiológicos
- * Diferenciación en el masaje para distintos dosha: Masaje Abhyanga III

4º SEMINARIO

- * Filosofía Ayurveda: “el fuego digestivo” la clave de la salud o de la enfermedad
- * Trigunas: La constitución mental
- * Cómo diferenciar los Dosha a través del pulso
- * Masaje Abhyanga y los aceites esenciales según Dosha

5º SEMINARIO

- * Agni, el fuego digestivo
- * Clasificación de los diferentes tipos de Agni
- * Las tres etapas de la digestión
- * Ama o productos de desecho
- * Valoración de masaje Abhyanga según tipo psicofísico, incluyendo ejercicio de inducción

6º SEMINARIO

- * Examen del pulso radial
- * Otros métodos de diagnóstico
- * Conocimiento de las maniobras faciales



7º SEMINARIO

- * Conocimientos teórico/práctico de la estructura craneal
- * Técnica Shirodara
- * Masaje Champi: secuencia del masaje



8º SEMINARIO

- * Desarrollo de las diferentes técnicas aprendidas en el curso
- * Valoración teórico-práctico del masaje Mukanhyanga y Champi

DURACIÓN. DÍAS y HORARIOS

80 horas, una jornada en domingo mañana y tarde al mes de Octubre a Junio

HORARIOS

SABADO de 10 a 14 y de 16 a 20 horas

- | | |
|----------------|------------|
| • Octubre 29 | • Marzo 25 |
| • Noviembre 26 | • Abril 29 |
| • Diciembre 17 | • Mayo 27 |
| • Enero 21 | • Junio 24 |
| • Febrero 24 | |

REQUISITOS DE ACCESO: No se requieren, se comienza desde el inicio.

PROFESORA:

Lola Sierra, Maestra Terapias Ayurvédicas. Musicoterapeuta por la Universidad de Valencia. Trabajadora Social. Master en Reiki Usui Ryoho

PRECIO DEL CURSO:

100 € cada taller (en el primer taller se abona el 1º y el último)

El curso se comprende en su totalidad: se abonarán todos los seminarios, salvo excepciones consultadas con la dirección el centro.



Monasterio de Urdax, 17 • Pamplona-Iruña

Telf. 948 268614 • 648 188 407

surya@centrosurya.com • www.centrosurya.com