

# Ayurveda Massage



**Dozent: Paul D. Greiner**

Studium der Medizin in Heidelberg;  
 Ausgebildet in Ayurveda, Yoga und  
 Meditation in Indien (Pune, Goa, Kerala);  
 Ayurveda-Therapeut und  
 Heilpraktiker seit über 20 Jahren  
 mit eigener Praxis in Witzenhausen.



Volkshochschule Göttingen

Bahnhofsallee 7

37081 Göttingen

Telefon: 0551-4952-0

Fax: 0551-4952-32

E-Mail: [info@vhs-goettingen.de](mailto:info@vhs-goettingen.de)

Internet: [www.vhs-goettingen.de](http://www.vhs-goettingen.de)



**Ausbildung Grundkurs**

102-0118

15. bis 20. November 2010

**Ausbildung Aufbaukurs**

201-0118

7. bis 12. März 2011

**Wochenende zum  
Kennenlernen**

102-0525

12. und 13. November 2010

**Dozent: Paul D. Greiner**

## Ayurveda

Ayurveda, die Wissenschaft vom Leben, ist eine uralte Heilkunst, die von indischen Weisen vor mehr als 5000 Jahren entwickelt wurde. Die Ayurveda Massage ist essentieller Bestandteil dieser ganzheitlichen Naturheilkunde und bringt Körper, Geist und Seele wieder in Gleichgewicht und Harmonie.

Diese **fundierte Ausbildung** vermittelt professionelles Wissen und Können in einer Atmosphäre von Entspannung und Inspiration. Sie befähigt, **professionelle Ayurveda-Behandlungen** anzubieten – z.B. in eigener Praxis oder in Fitness-Studios, Thermen und Wellness-Hotels.

Die Ausbildungen sind besonders geeignet für **Menschen in heilenden oder helfenden Berufen** wie z. B.:

Masseure, Körpertherapeuten, Physiotherapeuten, Ärzte, Heilpraktiker, Hebammen, Krankenschwestern, Ernährungsberater. Jedoch sind auch Menschen mit wenig oder keiner Erfahrung herzlich willkommen, die die Welt von Ayurveda erforschen möchten.

Die Teilnahme wird Ihr Leben und Ihre Gesundheit bereichern und bietet ausgiebig Gelegenheit für Austausch und zum Auftanken.



## Abhyanga Massage Grundkurs

In dieser Ausbildung werden die Grundlagen zur Erkennung der verschiedenen Konstitutionen (Vata-, Pitta-, Kapha-Dosha) vermittelt. Weiter erlernen die Teilnehmer die Wirkungsweise unterschiedlicher Träger- und Aromaöle auf Körper und Geist sowie spezielle Massagetechniken, um die Doshas wieder in Gleichgewicht und Harmonie zu bringen. Die Inhalte sind:

- Fragebogen zur Bestimmung der Konstitution
- Massage der 5 Elemente (Panchamahabuta)
- Massage der 3 Gunas (Satva, Rajas, Tamas)
- Vata-Massage
- Pitta-Massage
- Kapha-Massage
- Synchronmassage
- Ernährungsempfehlungen
- Yoga und Atem-Meditationen
- Rederunden, Feedback

## Abhyanga Massage Aufbaukurs

vertieft die im Grundkurs erworbenen Fähigkeiten. Die Inhalte des Seminars sind:

- spezielle Marmapunkte in Kombination mit spezifischer Dosha-Massage
- Ubvartan (Einreibung mit warmen Öl und spezieller Kräutermischung)
- Ölanwendungen: (Kati Basti; Netra Basti; Nasya; Karna Purana)
- Pulsdiagnose
- Täglicher Behandlungsaustausch mit Supervision und Feedback
- tägliche Praxis von Yoga und Meditation
- offene Fragen- und Antwort-Runden

Voraussetzung sind ein Grundwissen in Ayurveda sowie Massagekenntnisse...

## Zeit und Ort

**Grundlehrgang 102-0118:**

15. bis 20. November 2010

**Aufbaukurs 201-0118:**

7. bis 12. März 2011;

jeweils 10 bis 18 Uhr; je 54 Unterrichtsstunden; 8-12 Plätze

**Wochenende zum Kennenlernen 102-0525:**

12. Nov. (18-21 Uhr) & 13. November (10-17.30) 13 UE; (kann separat gebucht werden); € 56,50

**Infoabend:** 27. Oktober, 19:00 bis 20:30

**Ort:** VHS Göttingen, Bahnhofsallee 7

## Kosten

**Lehrgangsgebühr:** 460,00 EUR

Die TeilnehmerInnen schließen einen Lehrgangsvertrag und erhalten eine bestätigte Kopie als Anmeldebestätigung. Ein Rücktritt ist bis spätestens 15 Tage vor Lehrgangsbeginn möglich. Danach ist eine Kündigung ausgeschlossen.

## Zertifikat

Die Teilnehmer erhalten nach erfolgreicher Teilnahme ein Lehrgangszertifikat.

## Anmeldung/Information

**Carola Piechota:** 0551-495219,  
piechota@vhs-goettingen.de

