



Masaje Ayurveda

Cursos bajo demanda

Personas interesadas en cuidar con la máxima calidad su cuerpo y su mente, que quieran vivir experiencias sensoriales nuevas, practicar medicina preventiva ancestral, o trabajar en spas.

Masaje Abhyanga. Las Palmas: Empieza el 26 MAY en horario de 10:00 a 19:00 (Vie)
Masaje con Pindas Aromáticas. Las Palmas: Empieza el 27 MAY en horario de 10:00 a 19:00 (Sáb)
Masaje Champi. Las Palmas: Empieza el 28 MAY en horario de 10:00 a 15:00 (Dom)
Shiro Abhyanga: Masaje ayurvédico de cabeza. Las Palmas: Empieza el 28 MAY en horario de 16:00 a 20:00 (Dom)

Ayurveda significa *Ciencia de la Vida*, lo que podría traducirse también como *aprender a vivir*.

El Tratamiento de masaje es el auténtico corazón del sistema de medicina ayurvédica.

Otros beneficios del Masaje Ayurveda:

- Ayuda a superar momentos de fatiga, estrés o depresión.
- Tonifica la energía vital y los tejidos nerviosos y musculares.
- Modera el proceso de envejecimiento.
- Acelera la eliminación de productos de desecho y toxinas.
- Fortalece el cuerpo.
- Induce el sueño y los sueños.
- Fortalece la piel.
- Mejora la vista y agudiza el oído.
- Facilita el equilibrio de los órganos.
- Contribuye a controlar la tensión arterial.



Información del curso

DURACIÓN Y COSTES

Total: 29:00 horas

Masaje Abhyanga

Precio total: 100 €

Horas	Matrícula
08:00	100 €

Masaje Champi

Precio total: 60 €

Horas	Matrícula
05:00	60 €

Masaje con Pindas Aromáticas

Precio total: 100 €

Horas	Matrícula
08:00	100 €

Shiro Abhyanga: Masaje ayurvédico de cabeza

Precio total: 60 €

Horas	Matrícula
04:00	60 €

RECURSOS MATERIALES POR ALUMNO

Todo el material que se suministra está incluido en el precio de la matrícula.

- Manual del curso
- Aceites y todos los materiales necesarios para las prácticas

Masaje Abhyanga



- Manual del curso
- Aceites y todos los materiales necesarios para las prácticas

Masaje Champi

Manual del curso

Masaje con Pindas Aromáticas

Manual del Taller de preparación de Pindas Aromáticas
Todo el material práctico, tela, hierbas, aceites, relleno.

Shiro Abhyanga: Masaje ayurvédico de cabeza

La Escuela aporta todo el material teórico y práctico.

MATERIAL ADICIONAL QUE HA DE TRAER EL ALUMNO

- **Para la matrícula:** Es necesario presentar el DNI.
- Masaje Abhyanga: 1 sábana
- 1 toalla grande
- 1 toalla pequeña
-
- Masaje Champi: 1 cojín para apoyar los pies cuando estemos sentados recibiendo el masaje
-
- Shiro Abhyanga: Masaje ayurvédico de cabeza: 1 toalla grande
- 2 cojines
- 1 cepillo para el pelo

DIPLOMAS

Una vez superados todos los cursos y habiendo obtenido la calificación de APTO, teniendo en cuenta que se ha de estar al corriente en el pago de las mensualidades se entregará el **diploma de la Escuela Begoña Ferrero**



Programa del curso

Masaje Udvartana

Taller: Masaje Udvartana

- Introducción y origen
- En qué consiste el masaje Udvartana
- Finalidades: Relax, apertura de poros, desintoxicar...
- Propiedades de los polvos de plantas
- Indicaciones y efectos
- Depuración de toxinas
- Estimulación de procesos de desechos
- Movilización y eliminación de depósitos de grasa
- Reducción de celulitis y edemas
- Mejora de la circulación sanguínea
- Rejuvenecimiento y nutrición de tejidos
- Mejora del olor corporal
- Alivio de la pesadez
- Alivio de picores
- Estimulación de procesos metabólicos
- Eliminación de radicales libres
- Exfoliación y regeneración de la piel
- Prácticas en todo el cuerpo
- Prácticas en zonas localizadas

Masaje Abhyanga

Ayurveda

- Qué es Ayurveda
- Los cinco elementos y sus efectos
- Las Tres constituciones (Doshas): Vata, Kapha y Pitta
- Cuestionarios para averiguar la Dosha
-

Vata

- Aspectos físicos
- Aspectos mentales
- Alimentación recomendada



Pitta

- Aspectos físicos
- Aspectos mentales
- Alimentación recomendada

Kapha

- Aspectos físicos
- Aspectos mentales
- Alimentación recomendada

Los chakras

- Raíz
- Sacro
- Plexo solar
- Corazón
- Garganta
- Tercer ojo
- Corona

Ejercicios para el equilibrio de chakras

- Raíz
- Sacro
- Plexo solar
- Corazón
- Garganta
- Tercer ojo
- Corona
- Aceites necesarios
- Udvartana (Exfoliación)
- Teoría y práctica del masaje Ayurvédico en general
- Indicaciones y Contraindicaciones
- Reglas del masaje
- Beneficios del masaje
- Prácticas según la constitución individual
- Variedad de aceites de dependiendo de la constitución individual
- Práctica del masaje Abhyanga

Masaje Champi

- Introducción a varias técnicas del masaje
- Indicaciones y contraindicaciones del masaje Champi
- Beneficios del masaje



- Beneficios y diferentes técnicas utilizadas en el masaje Champi
- Técnicas de masaje Champi

Masaje con Pindas Aromáticas

Elaboración de pindas

- Productos necesarios para el masaje con pindas
- Indicaciones y contraindicaciones del masaje con pindas
- Precauciones
- Beneficios del masaje con pindas
- Elaboración de las pindas

Masaje con Pindas

- Espalda
- Piernas
- Abdomen
- Brazos

Shiro Abhyanga: Masaje ayurvédico de cabeza

- Introducción
- Orígenes
- Beneficios
- Indicaciones para la realización del masaje
- Tipos de aceite a utilizar
- Protocolo de masaje