

Opleiding Ayurveda Massagetherapeut

In deze opleiding leer je de basisprincipes van de Ayurveda en basisvaardigheden van de Ahbyanga (oliemassage). Na deze opleiding leer je begrijpen dat de Ayurveda een levenswijsheid is die alleen goed tot haar recht zal komen door het leven steeds bewust te ervaren. Elke massage wordt weer anders beleefd en zal ook steeds weer opnieuw nieuwe inzichten geven. Bewustzijns groei is dan ook de sleutel tot levenswijsheid.

Je krijgt daarom elk weekend een aantal huiswerkopdrachten mee die betrekking hebben op jouw eigen inzichten en waarnemingen. Deze insteek zorgt ervoor dat je ook veel meer jouw eigen cliënten kunt helpen.

Je ontvangt tijdens de opleiding alle relevante lesmateriaal en een literatuurlijst met boeken die je verder zullen inspireren.

Weekend 1 Introductie en Ayurvedische basisprincipes

Dag 1

- Geschiedenis en filosofie van de Ayurveda
- De Ayurvedische basisprincipes
- Introductie Ayurvedische massage
- Ayurvedische massagetechnieken en grepen
- Praktijkoefening: handgrepen

Dag 2

- Anatomie, fysiologie en pathologie: de Westerse vs de Oosterse visie
- Contra-indicaties en veiligheidsrichtlijnen
- Praktijkoefening: Abhyanga deelmassage (rug, nek en schouders)
- Feedback/ nabespreking

Na dit weekend kun je uitleggen wat de Ayurveda inhoudt, kun je de Ayurvedische basisprincipes herkennen en meteen in de praktijk toepassen door middel van de tot nu toe aangeleerde massagetechnieken op de rug.

Weekend 2 Massagetechnieken en dosha's nader bekeken

Dag 1

- Diepgaande studie van de dosha's vata, pitta en kapha
- Ayurvedische voeding en leefstijl
- Werken met de dosha's: massagetechnieken per dosha
- Praktijksessie: Abhyanga deelmassage (benen)

Dag 2

- Gebruik van oliën en kruiden
- Voorbereiding en keuze van basisoliën en kruiden
- Praktijksessie: herhaling abhyanga deelmassage (rug/nek/schouders/benen)
- Feedback/nabespreking

Na dit weekend kun je de dosha's dusdanig herkennen dat je specifiek weet hoe en met welke olie/kruiden je je cliënt kunt behandelen. Ook kun je nu de gehele achterzijde van de het lichaam masseren.

Weekend 3 Ayurvedische anatomie en therapeutische technieken

Dag 1

- Ayurvedische anatomie en fysiologie: dhatu's, nadi's, marma's en chakra's.
- Gebruik van marmapunten in de massage
- Praktijksessie: abhyanga deelmassage (romp voorzijde en armen)
- Casestudies en toepassingen

Dag 2

- Theorie en praktijk van Abhyanga (oliemassage)
- Therapeutische voordelen van Abhyanga
- Praktijkoefening: herhaling Abhyanga (rug/nek/schouders/benen/romp voorzijde/armen)
- Feedback/nabespreking

Na dit weekend heb je geleerd uit welke systemen het menselijk lichaam bestaat en waarom de Abhyanga een eerste inzetmiddel is bij behandeling. Je weet nu hoe je zowel de voorkant als de achterkant van het lichaam kunt masseren, volledig gericht op de individuele persoon.

Weekend 4 Specialisaties en geavanceerde technieken

Dag 1

- Vraag en antwoord n.a.v. het huiswerk
- Introductie tot andere Ayurvedische massagetechnieken (oa. Shirodhara, en Pindasweda)
- Demonstratie Shirodhara
- Praktijksessie: Abhyanga deelmassage(hoofd/gezicht)

Dag 2

- Introductie
- Praktijksessie: herhaling Abhyanga (rug/nek/schouders/benen/romp voorzijde/armen/hoofd/gezicht)
- Feedback/nabespreking

Na dit weekend weet je dat de Ayurvedische massage niet slechts één standaardbehandeling is maar meerdere varianten kent. Je kunt nu de volledige abhyanga uitvoeren, volledig gericht op de individuele persoon.

Weekend 5 Cliëntgerichte therapie en consult

Dag 1

- Vraag en antwoord n.a.v. het huiswerk
- Opzetten van behandelplan op basis van dosha disbalans
- Consulten/ clientgesprekken
- Praktijkmanagement
- Marketing
- Juridische en ethische overwegingen
- Praktijkoefening: consulten oefenen
- Feedback/discussie

Dag 2

- Casestudie presentatie door deelnemers
- Praktijksessie: oefenen van de volledige Abhyanga
- Feedback/nabespreking

Na dit weekend weet je hoe je een behandelplan moet opstellen, consulten/ clientgesprekken kunt voeren en hoe je op een professionele manier de Ayurvedische visie kunt uitdragen.

Weekend 6 Integratie en certificering

Dag 1

- Vraag en antwoord
- Herhaling belangrijke theoretische concepten
- Praktijksessie: oefenen volledige Abhyanga
- Individuele feedback en verbeteringstips

Dag 2

- Eindtoets praktisch
- Eindtoets theoretisch
- Uitreiking certificaten
- Afsluiting en toekomstplannen

Na dit weekend heb je onder supervisie alles wat je hebt aangeleerd en hebt ervaren met zowel praktische als theoretische toetsing de volledige opleiding afgerond. Je kunt nu professionele klachtgerichte abhyanga oliemassages aanbieden in je praktijk.