



Die Heilpraktiker Schule

Ayurveda-Ausbildung

DHS Heilpraktikerschule Ingolstadt
Schulort und Anschrift:
Tel.: 0841 / 96 77 935

Inhaberin: Astrid Volkmer
Schlüterstr. 5
Fax: 0841 / 96 77 936

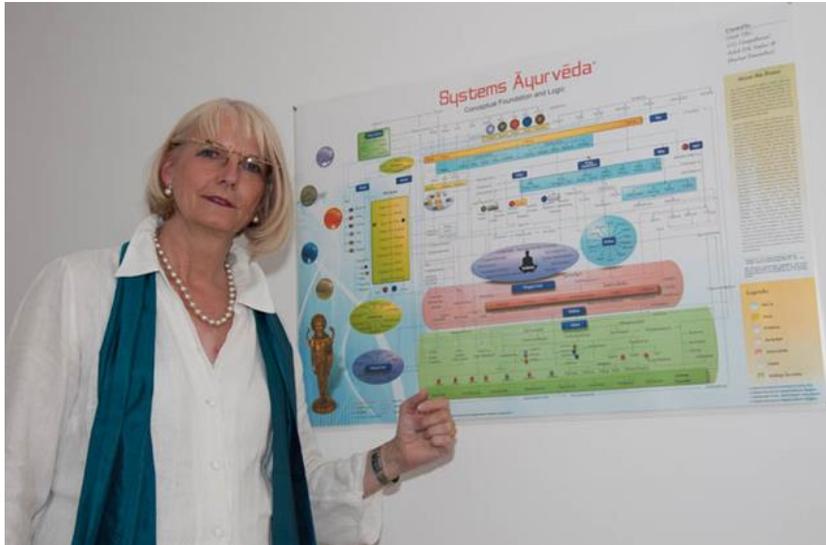
www.dhs-ingolstadt.de
85057 Ingolstadt
dhs-ingolstadt@web.de

Inhaltsverzeichnis

Ayurveda - Ausbildung	3
Die Dozentin	3
Zielgruppe	3
▪ Ziel	3
Vorkenntnisse	3
Kurszeiten	4
Kosten	4
Termine.....	4
Anmeldung.....	4
Beschreibung der Kurse	5
Ayurveda Basics (M1).....	5
▪ 1.Tag:.....	5
▪ 2. Tag:.....	5
▪ 3. Tag:.....	5
Ayurveda Aufbaukurs (M2)	5
▪ 1. Tag:.....	5
▪ 2. Tag:.....	6
▪ 3. Tag:.....	6
Ayurveda Aufbaukurs (M3)	6
▪ Tag:.....	6
▪ 2. Tag:.....	6
▪ 3.Tag:.....	6
Spezialisierungskurse	7

Ayurveda - Ausbildung

Die Dozentin



HP Sigrid Lottes

Zielgruppe

Heilpraktiker und HP-Anwärter

- Physiotherapeuten, die das Praxisspektrum erweitern möchten
- Ernährungsberater / Dipl. Ökotrophologen
- sonstige Gesundheitsberufe

Die Module 1 und 2 sind auch gut für interessierte Laien geeignet.

■ Ziel

Die 3 aufeinander aufbauenden Module

- vermitteln ein Grundverständnis von Ayurveda
- zeigen seine Diagnostik (ohne Apparate) sowie
- die Vielfalt seiner Behandlungsmethoden und deren Zusammenspiel
- ermöglichen eine qualifizierte Entscheidung für die spätere Spezialisierung
- Qualifizieren für präventive und erste kurative Behandlungen (Voraussetzung hierfür ist der HP)

Vorkenntnisse

Jeder Kurs bedingt den Vorausgegangenen

Der Einstieg im Modul 2 bedarf eines Gesprächs und einer Klärung der Vorkenntnisse.

Kurszeiten

Jeweils

- Freitag von 10 – 13 Uhr und 15 - 18 Uhr
- Samstag von 9 – 12 Uhr und 14 - 18 Uhr
- Sonntag von 9 – 12 Uhr und 14 - 16 Uhr

Anzahl der Stunden

- 18 Stunden pro Modul

Kosten

pro Modul

- 490.-€
- Materialkosten für die praktischen Übungen sind enthalten
- Sie bekommen ein Manuskript (incl. Literaturliste und Glossar der Sanskritbegriffe)

Termine

Ayurveda Basics (M1)

- 15. – 17. September 2017 (M1)

Ayurveda Aufbaukurs (M2)

- 06. – 08. Oktober 2017 (M2)

Ayurveda Aufbaukurs (M3)

- 03. – 05. November 2017 (M3)

Anmeldung

Persönlich im Büro der DHS

- Schlüterstraße 5, 85057 Ingolstadt

oder schriftlich per Mail

- dhs-ingolstadt@web.de

Beschreibung der Kurse

Ayurveda Basics (M1)

Nach Absprache können wir jeden Morgen mit dem Sonnengebet und Atemübungen beginnen.

▪ 1.Tag:

- Begrüßung
- Vorstellungsrunde
- Definition des Ayurveda
- Ursprung & Geschichte
- Philosophischer Hintergrund, medizinische Ethik, spirituelle Maxime
- Klassische und moderne Literatur
- Facharzt-Spezialisierungen im Ayurveda in Indien
- Aufgabe und Einsatz von Ayurveda in westlichen Ländern

▪ 2. Tag:

- Die fünf Elemente
- 3 Doshas (Bioenergien)
- Prakriti, die 7 angeborenen Konstitutionstypen
Physiologisch und psychologisch
- Übung: den eigenen Konstitutionstyp bestimmen
- Veränderungen über den Tag, in den Jahreszeiten, im Lebensalter
- 7 Dhatus (Körpergewebe) und die Essenz Ojas
- Mala (Abfallprodukte) und Srotas (Kanäle)

▪ 3. Tag:

- Agni (Stoffwechsel), Funktionen und Störung
- Ama (toxische Substanzen)
- Gesundheit und die Ayurveda-Tagesroutine
- Inkompatible Nahrungsmittel
- Vikriti: Dosha-Ungleichgewichte und die Zuordnung von Krankheiten
Beispiele

Ayurveda Aufbaukurs (M2)

▪ 1. Tag:

- Fragen, Vertiefung des Basiskurses (M1)
- Ernährung und Gesundheit / Krankheit
- 8 bestimmende Faktoren für die Wirkung von Nahrung / Gewürzen
- Nahrung und ihre Wirkung auf die Psyche (Satva, Rajas, Tamas)
- Getränke
- Gesunde Ernährung für 3 Konstitutionstypen (Vata, Pitta, Kapha)

▪ 2. Tag:

- Diagnostik und Anamnese im Ayurveda
- Übungen zur Pulsdiagnostik
- Chikitsa: die wichtigsten Behandlungsformen
- Massage: richtige Öle auswählen und sichere Bezugsquellen, Hilfsmittel und Geräte

▪ 3. Tag:

- Massage: Theorie Abhyanga, Swedana, Marma-Therapie
- Demonstration und Üben der Ayurveda-Grundmassage (Abhyanga)
- Demonstration und Üben von lokalisierten, äußeren Öleinläufen

Ayurveda Aufbaukurs (M3)

▪ Tag:

- Fragen zu und Vertiefung von M2
- Die 10 wichtigsten Heilkräuter als Monopräparat und in Mischungen
- Swedana mit Pulverwickel / -stempel (Übung) - Einsatzbereich
- Vorbehandlung, Behandlung der Augen (Demonstration) und Behandlungen über die Nase , Nasyam (Demonstration, ggf. Übung) Einsatzbereich
- Aufbau einer Panchakarma-Kur (Theorie)

▪ 2. Tag:

- Koshas und die Struktur der Psyche aus ayurvedischer Sicht
- Theorie und Anwendung des Shirodhara und des Shirovasti
- Komplikationen
- Demonstration, ggf. Übung
- Marma-Punkte, die insbesondere auf die Psyche wirken

▪ 3.Tag:

- Rasayanas

3 aktuelle Fallbeispiele aus der Praxis:

Ziel ist, anhand der Beispiele den Einsatz der unterschiedlichen Lernfelder zu erproben.

Da jeder Fall einzigartig ist, wird vor einer pauschalen Übertragung auf denselben pathologischen Befund gewarnt.

Zum Beispiel:

- unerfüllter Kinderwunsch
- Rheuma
- Morbus Crohn

Spezialisierungskurse

Ernährungs- und GesundheitsberaterIn

Ayurvedische Phytotherapie und westliche Ergänzung

Ayurveda-Massage-Praktiker

Marmatherapeut

Psychologischer Ayurveda-Berater

Praxiskurs Ayurveda-Medizin:

- Konzeption und Durchführung von Panchakarma-Kuren

Die Kursinhalte und der zeitliche Umfang werden mit dem Verband europäischer Ayurveda-Mediziner und Therapeuten(VEAT) abgestimmt, sodass Sie nach Abschluss den Aufnahme-Kriterien genügen.

Mit dieser Qualitätsauszeichnung können Sie werben.

Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Sie erreichen uns am Dienstag und Mittwoch von 8:30 bis 12:30 Uhr persönlich.

DHS-Heilpraktikerschule

Schlüterstraße 5

85057 Ingolstadt

0841/9677935

dhs-ingolstadt@web.de

www.dhs-ingolstadt.de