



Ayurveda-Massage-Ausbildung

Starttermin und Anmeldung: 28. September 2025

sichere dir deinen Platz und melde dich **online** an.

Referentin: Christine Dettmar, Marma-Yogalehrerin, Ayurveda-Therapeutin, Ernährungsberaterin
Atem- und Stimmtrainerin nach der Terlusollogie, Trainerin für Progressive
Muskelentspannung, Trainerin-Gewaltfreie-Kommunikations, Meditations-Lehrerin

Ort der Ausbildung: Praxis für Ayurveda und Yoga, E7,14, 68159 Mannheim

Kosten:

Die Ausbildungs-/Lehrgangsgebühr beinhaltet alle Materialkosten, Öle und Skripte.
beträgt 1.780,- €

Ausbildungs-Inhalte:

Die Ayurveda-Massage ist eine wissenschaftlich fundierte Behandlungsweise auf Grundlage der ganzheitlichen, indischen Ayurveda-Medizin.

Die Ausbildung ist für dich interessant, wenn du neben den Massagegriffen ein umfassendes Wissen über die traditionellen, vielfältigen Massagetechniken, die duftenden Kräuteröle und die ayurvedische Philosophie erlernen möchtest.

Du lernst in Verbindung mit Körper-Übungen und dem Basiswissen aus dem Marma-Yoga deinen Körper während der Ayurveda-Massage physiologisch einzusetzen.

Die Ausbildung vermittelt alle

Teilkörpermassagen:

Mukabhyange – Gesichtsmassage

Shiroabhyange – Kopfmassage

Prishabhyange – Rücken-Massage

Hashtabhyange – Handmassage

Padabhyanga – Fußmassage

Diese Teilkörperbehandlungen bilden die Grundlage für alle

Ganzkörpermassagen:

Abhyanga – Ganzkörper-Ölmassage

Marmapunkt – Spezial-Ölmassage

Udvatana – Öl-Sandelholz-Peelingmassage



Wichtige Bestandteile der Ausbildung:

Praxis: Intensives Lernen durch zahlreiche praktische Übungen, damit du das Erlernte sicher und direkt umsetzen kannst.

Anatomie und Physiologie: Grundwissen über den menschlichen Körper in Bezug auf die Massage und ihre Wirkung auf die Muskeln, Sehnen, Gelenke, Blutgefäße und das Nervensystem.

Theoretische Grundlagen in Ayurveda: Elementen-Lehre, Doshas, Tagesroutinen und deren Einfluss auf die Gesundheit.

Techniken der Ayurveda-Massage: Praktische Übungen, Massieren lernen, Anwendungen von Kräuterölen und individuell angepassten Massageabläufen.

Auswahl und Herstellung von Massageölen: Du lernst, welche Öle für welche Konstitution oder Beschwerden am besten geeignet sind.

Kundenberatung und -pflege: Durchführung einer Situationsanalyse. Abfrage der Alltagssituation, um die Bedürfnisse deiner Klientinnen und Klienten zu erkennen, um die effektivste Behandlungsmethode für sie / ihn auszuwählen. Maßgeschneiderte Lifestyle-Tipps geben, die helfen, Alltagsstörungen wie innere Unruhe, Verspannungen, Unwohlsein etc. zu beseitigen und die inneren Selbstheilungskräfte zu unterstützen.

Vorteile:

Individuelle Betreuung: Die Ausbildung zum/zur Ayurveda-Masseur/in erfolgt in Kleingruppen mit max. 8 Teilnehmern. Sie beinhaltet eine differenzierte Einführung in die Grundlagen des Ayurveda.

Praktische Ausbildung: Dir wird vermittelt, welche Ayurveda-Massagen in welchen Fällen hilfreich sind und wann sie möglicherweise kontraindiziert sind.

Zwischen den Modulen werden die verschiedenen Techniken selbstständig an Probanden durchgeführt und dokumentiert.

Prüfung und Zertifikat: Nach Teilnahme an allen Modulen kann die Abschlussprüfung abgehalten werden. Nach Abgabe einer kleinen Abschlussarbeit und erfolgreicher Prüfung wird ein Zertifikat ausgestellt.

Es geht in dem Lehrgang um die Gesundheitsvorsorge im Sinne des Ayurveda. Ein Bewusstsein im Alltag wird gefördert, nicht „Wellness“, sondern Prävention und Gesundheitsprophylaxe, die Hilfe zur Selbsthilfe, bzw. die Wiederherstellung von Gesundheit stehen im Fokus.

Termine

Modul 1 28. September 2025, 10-18 Uhr

Modul 2 19. Oktober 2025, 10-18 Uhr

Modul 3 1. und 2. November 2025, 10-18 Uhr

Modul 4 29. und 30. November 2025, 10-18 Uhr

Modul 5 24. und 25. Januar 2026, 10-18 Uhr

Modul 6 21. und 22. Februar 2026, 10-18 Uhr

Modul 7 28. und 29. März 2026, 10-18 Uhr

Modul 8 19. April 2026, 10-18 Uhr

Der Lehrgang besteht aus 8 Modulen mit insgesamt 121 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten.

Anmeldung und weitere Informationen:

Deine Anmeldung oder deine Fragen bitte an: Tel. 0621-82 82 184 / christine.dettmar@web.de