



in collaborazione con la Dott.ssa **Alessandra Mazzocco**

PRESENTA

JAPAMALA DELLA CONTINUITÀ

percorso formativo

Un viaggio intenso ed emozionante nella coinvolgente disciplina ayurvedica. Uno strumento pratico per proporre il tuo lavoro in Istituto in una chiave ancora più professionale, efficace e qualitativa. Un percorso di 7 step per una conoscenza approfondita, teorica e pratica.

Si definisce Ayurveda la scienza che descrive gli stati della vita vantaggiosi e quelli sfavorevoli, insieme a ciò che è buono e ciò che è nocivo per la vita, che tratta della lunghezza della vita e della vita stessa. (Charaka Samhita I, 41)

I CORSI

SPECIALE SCHIENA - 2 GIORNI

Una tecnica di massaggio specifico decontratturante per schiene stanche, in tensione, dolorose, post traumatizzate; è indicato, inoltre, per problemi muscolari, per riattivare i centri nervosi, sciogliere le tensioni accumulate a causa dello stress. Dona una forte sensazione di leggerezza e di benessere.

KAPHA ABHYANGAM - 2 GIORNI

Un trattamento ayurvedico specifico per chi necessita di manualità "vigorose", un massaggio che stimola il metabolismo pigro e accelera l'eliminazione di tossine attraverso il sistema linfatico. Ideale in casi di cellulite, adipe, mancanza di tono.

VATA ABHYANGAM - 2 GIORNI

Il massaggio specifico per coloro che presentano situazioni di stress, insonnia, nervosismo, spossatezza, debilitazione, dolori muscolari e manifestazioni di blocchi generali. Indicato per trattamenti nutritivi, antiage, idratanti, lenitivi, calmanti e tonificanti.

PITTA ABHYANGAM - 2 GIORNI

Manualità dedicate a chi presenta eccessiva rigidità, irritazione a livello fisico, agitazione, tensione e stress, emicrania, stanchezza, dolori e blocchi muscolari. Ad azione rilassante e pacificante, rinfrescante. Indicato per fragilità capillare, insufficienza vascolare, reflusso sanguigno negli arti inferiori.

ABHYANGAM TRIDOSHICO - 2 GIORNI

Un trattamento Total Body pratico e utile, dalle caratteristiche straordinarie, per l'armonizzazione e il riequilibrio di Vata, Pitta e Kapha. Promuove la circolazione, detossinante, nutriente e rassodante, rende la pelle morbida, liscia, tonificata.

MASSAGGIO FETALE - 2 GIORNI

Massaggio per la maternità, la gravidanza e la nascita del bambino. Per la donna che desidera preparare la mente e il corpo ma anche per la coppia come percorso "mano nella mano". Anche per coloro che desiderano ritrovare "il bimbo interiore" che c'è in ognuno di noi, per ritrovare un equilibrio mentale e corporale.

DIAGNOSI E ALIMENTAZIONE - 2 GIORNI

Comprendere e conoscere gli aspetti principali in Ayurveda che determinano la Costituzione Fisica (Prakriti) e individuare l'aggravamento momentaneo da correggere in estetica attraverso le tecniche di Massaggio Ayurvedico e i consigli di alimentazione grazie ai regimi ayurvedici di nutrizione. Consigli pratici per i trattamenti in cabina e domiciliari.