

CURSO de MASAJE AYURVÉDICO "ABHYANGA" (Intensivo - 4 meses)

OBJETIVO DEL CURSO

Formar profesionales capacitados para brindar Masajes Ayurvédicos "Abhyanga" de 1 hora de duración, combinando el uso adecuado de aceites, aromaterapia, técnicas de respiración, introspección y mantras.

Este curso proporciona una base sólida teórica, técnica y práctica para personalizar cada masaje según los doshas y biotipos de piel. Y propone formas de trabajo interdisciplinario con médicos ayurvédicos.

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

Este curso es ideal para deseen aprender a brindar Masaje Ayurvédico "Abhyanga"

No se requiere experiencia previa; solo ganas de aprender y conectar con la sabiduría ancestral del Masaje Ayurveda.

DESTINATARIOS:

- Masajistas, Terapeutas
 - Profesores de Yoga, Yogaterapia
 - Público en general que quieran aprender Masaje Ayurveda "Abhyanga"
-

CARACTERÍSTICAS DEL CURSO

- **Modalidad:** presencial Técnico-Práctico
- **Duración:** 4 meses. (16 clases)
- **Frecuencia:** 1 clase semanal presencial (3 horas c/u)
- **Día:** miércoles **Inicio:** 7 de Mayo **Finaliza:** 27 de Agosto
- **Horarios de 9 a 12hs /// 14 a 17hs /// 18 a 21hs**
- **Matrícula: \$3000.-**
(que se exonera si pagas la primera cuota antes del 15 de abril o pagas el curso completo).
- **Aranceles: 4 cuotas de \$5500.-** Socios AUMA 15% de descuento
El pago de las cuotas es del 1 al 10 de cada mes
(luego de esa fecha tendrás un 5% de recarga)
- **LUGAR:** Tres Cruces- Montevideo, Uruguay
Acevedo Díaz casi 18 de Julio
- **DOCENTE:** Lic. Viviana Sapia
Terapeuta en Masaje Ayurveda
Profesora de Yoga, Sánscrito y Meditación
Licenciada en Actividad Física y Deportes

¿QUÉ APRENDERÁS?

Contenidos Técnicos-Prácticos

1. Autocuidado del terapeuta:

Técnicas de respiración, introspección e higiene de columna.

Uso de mantras para potenciar el efecto del masaje.

2.Preparación y técnica:

Materiales, higiene y protocolo del masaje.

Test de Ayurveda y piel, ficha del consultante y personalización del tratamiento.

Preparación de aceites adecuados para el masaje, aromaterapia y ayurveda.

3.Técnicas de Masaje en Sarvanga Abhyanga: Masaje completo

Shiro Abhyanga: Masaje en cabeza.

Mukha Abhyanga: Masaje facial.

Urah Abhyanga: Masaje en tórax y pecho.

Hasta Abhyanga: Masaje en brazos y manos.

Nabhi Abhyanga: Masaje abdominal.

Prishta Abhyanga: Masaje en espalda y columna.

Pada Abhyanga: Masaje en piernas y pies.

4- Masaje Abhyanga:

Las 7 posiciones, las 4 técnicas, 2 direcciones: Anuloma y Pratiloma

Beneficios, importancia y contraindicaciones del masaje ayurveda abhyanga

Aromaterapia y elección de aceites vegetales y aceites esenciales para cada dosha y tipo de piel.

5- Contenidos complementarios:

5.a- Bases del Ayurveda: Los 4 pilares del ayurveda.

Filosofía: Los 3 cuerpos, 5 envolturas, 3 gunas, 5 elementos, 20 cualidades.

Biotipos (Doshas): Vata, Pitta y Kapha y sus combinaciones

Relación de los sistemas orgánicos con los 5 elementos y 5 vayus.

5.b- Anatomía y Fisiología Ayurveda:

Dhatus (tejidos corporales) y Srotas (canales)

Sistema óseo, muscular, linfático, circulatorio, endócrino, nervioso y la piel.

Introducción a la anatomía sutil: 7 chakras, nadis principales y Maha Marmas.

EXAMEN Y CERTIFICACIÓN

Exámen técnico.- práctico (se evaluará en horario de clase presencial)

Realizar y aprobar 10 prácticas supervisadas de 1 hora de duración

Completar y presentar fichas del consultante, test ayurvédico y conclusiones.

Justificar la elección de técnicas, aceites y esencias en cada caso.

Habiendo cumplimentado los requisitos administrativos y pedagógicos y aprobado las instancias de exámenes se entrega el **CERTIFICADO del “Curso de Masaje Ayurvédico: Abhyanga”**