



(Direcção: Prof. Amândio Figueiredo)

Técnico de Massagem Ayurveda nível I

Resumo do Conteúdo Programático:

- História e os Fundamentos da Ayurveda;
- O Sistema Tridosha;
- A massagem: indicações e contra-indicações;
- Utilização de óleos;
- Massagem de corpo inteiro por segmentos (prática).

Técnico de Massagem Ayurveda nível II

- Resumo do Conteúdo Programático;
- Os Chakras e energias subtis;
- Pontos de Pressão Marma;
- Abordagem Ayurvédica da doença;
- Preparação do terapeuta;
- Determinação prática dos Doshas;
- Composição de óleos de massagem específicos;
- Técnicas de tracção e alongamento;
- Prática de técnicas avançadas.

Técnico de Massagem nível III

- Resumo do Conteúdo Programático;
- Introdução ao Panchakarma;
- Panchakarma e os seus níveis de aplicação;
- Swedhana: diferentes aplicações;
- Garshana e Udwarthana;
- Nasya;
- Basti: cuidados a ter e sua aplicação (sneha e niruha);
- Aprofundamento da "Massagem Indiana à Cabeça" (Shirodhara);
- Princípios de Observação e Reconhecimento de desequilíbrios dos Doshas através da língua (ama) e pulso;
- Rasayana: rejuvenescimento através do alimento, suplementos alimentares e ervas que beneficiam a imunidade corporal;
- Yoga: seus ramos e sua utilização em Ayurveda;
- Paralelismo entre Ayurveda e Acupunctura;
- Prática Permanente: preparações e aplicações



Associação
Portuguesa
Ayurveda

CURSO de NATUROLOGISTA/TERAPEUTA AYURVEDA

Formação Profissional

Programa do Curso:

Fim de semana:

3º Fim de Semana (Sábado e Domingo) de cada mês (podendo ajustar-se em caso de necessidade)

Manhãs: das 10h00 às 13h30

Tardes: 14h30 às 17h30

Duração: *Programa Anual, com a duração de 3 anos, mais 150 horas/ano de Estágio, a repartir ao longo de cada ano.*

Início: **14 de Janeiro de 2012**

Horário Laboral:

3ªs e 5ªs-feiras,

Manhã: das 10h00 às 13h30

Tarde: 14h30 - 17h30

Duração: *Programa Anual, com a duração de 3 anos, mais 150 horas/ano de Estágio, a repartir ao longo de cada ano.*

Início: **17 de Janeiro de 2012**

Horário Pós-Laboral:

3ªs, 4ªs e 5ªs-feiras, das 19h30 às 23h00

Duração: *Programa Anual, com a duração de 4 anos, mais 80 horas/ano de Estágio, a repartir ao longo de cada ano.*

Início: **17 de Janeiro de 2012**



PROGRAMA GERAL:

• 1º ano:

a) **Princípios** - fundamentos históricos, filosóficos e cosmológicos.

- Anatomia e Fisiologia Ayurvédica

b) **Fisiopatologia da Ayurveda**

- Análise constitucional e exame das doenças

Yoga e Psicologia Ayurvédica

• 2ºano:

a) **Métodos Terapêuticos da Ayurveda**

- Nutrição

- Fitoterapia Ayurvédica, com aula sobre Fitoterapia Europeia

- Panchakarma

• 3ºano

a) **Integração das Técnicas de PANCHAKARMA**

- Estudo de Patologias e seu tratamento Ayurvédico



Tipo de Curso	Número Horas	Calendário	Preço (€)	Condições	Data de Início
Técnico de Massagem Ayurveda nível I	35	Sábado (10h00 - 13h30 e 14h30 - 17h30) Semanal (3ª Feira e 5ª Feira 19h00 às 22h30)	350	9º Ano ou equivalente	14 Janeiro 2012
					17 Janeiro 2012
Técnico de Massagem Ayurveda nível II	49	Sábado (10h00 - 13h30 e 14h30 - 17h30) Semanal (3ª Feira e 5ª Feira 19h00 às 22h30)	450	9º Ano ou equivalente	após conclusão nível anterior
Técnico de Massagem Ayurveda nível III	54	Sábado (10h00 - 13h30 e 14h30 - 17h30) Semanal (3ª Feira e 5ª Feira 19h00 às 22h30)	550	9º Ano ou equivalente	após conclusão nível anterior
<u>NATUROLOGISTA/TERAPEUTA</u>	2000 (3 anos)		125€ x 11 meses/ano		

Observações:

Além do valor do curso, é necessário o pagamento de **25 €** referente à inscrição

Cursos requerem número mínimo de 4 alunos para iniciar/ Material Didático fornecido em formato digital