

Kursreferenser

Kursen har gett mig ett helhetstänkande och ett orsakssammanhang som jag inte hittat någon annanstans. Fakta varvas med praktiska övningar och med mycket skratt

- *Siv G Strömstad.*

En stabilare grund att stå på i mitt arbete som hälsorådgivare kunde jag inte fått. "Skafferiråden" för olika obalanser är oändliga och flera år efter utbildningen hittar jag än idag recept som jag inte hunnit testa. Både Dr.Vora och Johan delar så generöst med sig av sin kunskap, att det kändes som om jag redan hade erfarenhet av jobbet innan jag hade gått färdigt utbildningen.

- *Elisabeth H Malmö*

Utbildningen gav en djupdykning i mig själv. Du får insikter om din egen hälsa och blir inspirerad av otroligt erfarna lärare. Jag var tidigare lite orolig hur jag skulle lära mig läsa pulsen, men den lärs ut på ett tydligt och strukturerat sätt.

- *Ulrika B Tyresö*

För mig som yogautövare och yogalärare har kursen varit ovärderlig. Alla som praktiserar yoga i någon form bör fördjupa sig i Ayur Veda och den här kursen ger en stor mängd kunskap som inte går att läsa sig till.

- *Mattias H Gävle Yogaskola*

Mycket tid ägnades åt praktiska övningar "learning by doing" istället för korvstopppning. Kursledarna kan ayurveda inifrån. En omfattande utbildning som är lättillgänglig men ändå går på djupet.

- *Isabel R Upplands Väsby.*

Mycket bra upplägg på kursen med kunniga lärare. Tack för allt stöd och för den enorma A-V kunskapen ni förmedlar med glädje. Känner mig trygg att börja arbeta som hälsorådgivare.

- *Michael D Sollentuna*

En fullständigt världsunik utbildning där vi generöst får ta del av Dr Vinay Voras kunskaper om puls, pulstolkning och enkla terapeutiska infallsvinklar. Trots mina 20 års erfarenhet av Ayurveda så fanns det mycket nytt att lära.

- *Peter L Stockholm*

Utbildningen har breddat och fördjupat mina kunskaper. De A-V kostråden stärker mina homeopatiska ordination.

- *Ingrid K Sthlm.*

En otroligt givande utbildning som förändrat mitt liv ordentligt. Jag värdesätter numera helt andra saker i livet än tidigare och vill verkligen föra detta vidare till andra människor genom att själv arbeta som hälsorådgivare. Tack Johan och Vinay för allt!

- *Lena B Hudiksvall*

Kursledare

Johan Ljungsberg och Dr Vinay Vora

Kurskostnad

1850:- per veckoslut för de 7 första veckosluten. 1950:- per veckoslut för de fyra sista veckosluten.

Kurslokal

Skandinaviska Ayurveda-Akademien, Artemisgatan 43, 115 42 Sthlm eller på Yogadevi på Kungsholmen i Sthlm

Kursstart

www.ayurveda-akademien.se eller ring 0708-67 37 08

Ytterligare information och anmälan:

Skandinaviska Ayurveda-Akademien

Artemisgatan 43, 1 tr. 115 42 Stockholm.

Tfn: 0708-67 37 08

E-post: info@skand.org

Hemsida: www.ayurveda-akademien.se

PlusGiro: 11 08 43 - 0

Andra kurser och utbildningar

* **Ayurvedisk massagekurs** 6 block.

* **Mudra kurs.** 2 kvällar 8 tim

* **Workshop: Solskådning,** 2 tim

* **Workshop Solarplexus,** 1,5 timme.

* **Subdosha Pranayama,** 1 kursdag.

* **Kurs i Känslorelease** 10 kvällar, 3 tim

* **Vidareutbildning för**

Hälsorådgivare, 8 dagar

* **Modern Ayurveda för eget bruk.**

5 veckoslut + meditationsveckoslut.

* **SOURCE - Meditationskurs,** 10 tim

* **Aromaterapikurs,** 2 kursdagar

* **Dynamic Yoga,** 2 dagar

Utbildning till Ayurvedisk Hälsorådgivare



Skandinaviska
Ayurveda-Akademien
www.ayurveda-akademien.se

Ayurvedisk Hälsorådgivare

Utbildningen ger en grundig förståelse för det Ayurvediska systemets teorier och diagnosmetoder och samtidigt utveckla kursdeltagarens hälsa och personliga erfarenhet av Ayurveda.

Kursen passar lika bra för dig som redan jobbar som terapeut, som för dig som inte har några förkunskaper.

Utbildningen syftar inte till att diagnostisera eller behandla sjukdomar utan betoningen ligger på friskvård och utveckling av hälsa.

Kursen är upplagd på 11 veckoslut om 22 kursdagar under ca 12 mån med hemuppgifter och övningar på egen hand mellan stegen. Efter genomgången kurs får du diplom som A-V Hälsorådgivare. De lektioner som hålls på engelska översätts till svenska.

Kursavgift

1850:- per veckoslut (inkl moms).

Kursöversikt

Veckoslut 1.

Kursdag 1.
Allmän introduktion till Ayurveda.
Veda - Upaveda.
Ayurvedas 8 huvudområden.
Medvetandets roll.
Grundläggande principer.
De fem elementen.
Allmän kunskap om pulsen.

Kursdag 2.

Vata, Pitta och Kapha doshas kvalitéer funktion och lokalisering.
Pulsläsning första intrycket. Vata-puls, Pitta-puls och Kapha-puls.

Faktureras efter varje veckoslut.
Tid: lör - sön mellan 10.00-17.00. (Hela veckoslutet faktureras även om du skulle missa en av dagarna. Du kan ta igen den missade dagen så fort tillfälle ges.
Veckoslut 8-11 kostar 1950:- per veckoslut. Du kan repetera kursveckoslut 1-7 för 925:- per veckoslut och veckoslut 8-11 för 975:- per veckoslut.

Ny kursstart och anmälan

www.ayurveda-akademin.se

Kurslokaler

Ayurveda-Akademien, Artemisgatan 43
11542 Sthlm. YogaDevi på
Kungsholmen Sthlm. 0708-67 37 08

Kursledare

Dr Vinay Vora leder veckoslut 8-11 och
Johan Ljungsborg håller veckoslut 1-7.

Veckoslut 2.

Kursdag 1.
Bio rytmer - Dagliga rutiner.
Bio rytmer - Årstidsrutiner.
Agni-elden, förbränningen i kroppen.
Ama - toxiner/slaggprodukter.

Kursdag 2.

Ama - puls.
Behandlingsmetoder för Ama.
Malas - utsöndringsorgan
Dhatu och bildandet av Ojas
Ojas-pulsen.
Övning av pulsläsning.

Veckoslut 3.

Kursdag 1.

Pulsläsning: pulsen under individuella fingrarna och dess intensitet/volym.

Kursdag 2.

Doshornas rörelse i pulsen och hur vi tolkar det.

Genomgång av fler diagnosmetoder som ögon, naglar, tunga, m.m.

Veckoslut 4.

Kursdag 1.

Kosten vår främsta medicin.

Kostlistor för Vata, Pitta och Kapha.

Kursdag 2.

Kunskap om Prakriti-konstitution.

Prathyahara: känslor/tankars betydelse för hälsan och hur vi kan hantera dem.

Repetition av pulsläsningen.

Veckoslut 5

Kursdag 1 och 2.

Kunskap om Yoga.

Pranayama - andningsövningar och dess terapeutiska tillämpning.

Yoga asanas, terapeutiska tillämpning.

Pulsens djupnivå

Veckoslut 6.

Kursdag 1.

Yoga asanas - kroppsställningar.

Pulsens djupnivå, repetition.

Kursdag 2.

Yoga asanas.

Sömnen: 7 olika typer av sömn.

Sömnproblem och behandling.

Rasayana- föryngring, vitalisering.

Vajikarana - att stärka sexualkraften.

Veckoslut 7.

Solskådning/Surya Yoga.

Övning på känslorelease tekniker.

Pulsläsning. Irisdiagnostik.

Kursdag 2

Ayurvedisk anatomi; Srotas Dhatus, Updahatus, Malas, Nadis, Marmas etc. Detaljerad beskrivning av Pancha-Karma behandling, Kunskap om Ricinolja, Vattenterapi, Oil pulling.

Veckoslut 8. Dr Vora

Kursdag 1.

Repetition av pulsläsning.

Vata-pulsens subdoshanivå.

Kursdag 2.

Pitta-pulsens subdosha-nivå.

Kapha-pulsens subdosha-nivå.

Manual med subdosha-te och dhatu-te.

Obalans och symptom i subdosorna.

Veckoslut 9. Dr Vora

Kursdag 1.

Pulsens Dhatu/vävnadsnivå.

Tolkning av pulsen.

Kursdag 2.

Dhatu-vävnadernas funktion och obalans. Sjukdomslära med behandling.

Veckoslut 10. Dr Vora

Kursdag 1.

Sjukdomslära och behandling/köksråd.

Tolkning av pulsen.

Kursdag 2.

Sjukdomslära och behandling/köksråd.

Tolkning av pulsen.

Veckoslut 11. Dr Vora

Kursdag 1.

Sjukdomslära och behandling/köksråd.

Sammansatta örtblandningar.

Tolkning av pulsen.

Kursdag 2.

Övningskonsultationer med pulsläsning

och rekommendationer. Fest med

”Yagyas”, huvudmassage och

”Primordial sound”

