

Ayurvedische Ausbildungen

Dozenten

Anja Scharmankowski

Ayurveda Ernährungs- und Gesundheitsberaterin, Primavera Naturkosmetikerin, Ganzheitliche Körperpflegerin nach Dr. h.c. Peter Jentschura, Yoga-Übungsleiterin, Lehrerin für F. M. Alexander-Technik, Tanz- und Bewegungspädagogin

Axel Schwendemann

Heilpraktiker mit den Schwerpunkten Ayurveda Medizin, Ayurveda Manualtherapien, Schmerz Therapie, Naturheilkunde, Phytotherapie, Ernährungsberatung

Gemeinsam leiten wir das Ayurveda Institut Freiburg für Ausbildungen, Fachfortbildungen und Seminaren im Bereich Ayurveda, Naturheilkunde und Massage. Wir sind auch an verschiedenen Heilpraktikerschulen als Dozenten tätig.



Kontakt

Ayurveda Praxis Freiburg

Kaiser-Joseph-Straße 183, 79098 Freiburg

Tel.: 0761 – 70 78 498

E-Mail: info@ayurveda-freiburg.de

Web: www.ayurveda-freiburg.de



Auch wenn Sie daran interessiert sind, sich ayurvedisch behandeln zu lassen, sind Sie in unserer Praxis herzlich willkommen.

Unsere Faltblätter *Ayurveda Praxis Freiburg* und *Behandlungen* (mit Preisen) finden Sie in unserer Praxis oder unter www.ayurveda-freiburg.de

Zusatzausbildung in 3 Modulen

Ayurveda-Marmamassage Marma Cikitsa

Marmas sind spezielle Vitalpunkte des Körpers und stellen Schnittstellen bzw. Verbindungspunkte zwischen dem physischen und dem energetischen Körper dar. Die sanfte Stimulierung der Marmapunkte kann Giftstoffe, gebundene Energien und unterdrückte oder blockierte Emotionen freisetzen und aus dem Körper entfernen.

Diese sanfte Massagetechnik kann wunderbar mit der Abhyanga-Ayurveda-Massage kombiniert werden.

Ayurveda Marma Vital Massage

Marma Vitalpunkt Massage – Sanfte Druckmassage Einführung Marma Lehre, Lokalisierung der Marmas (Bestimmung der Marmapunkte an Kopf, Gesicht, Bein, Fuß), Ausführliche Massagepraxis in Theorie und Praxis, Indikationen, Kontraindikationen

Termin: Sa./So., auf Anfrage, 10.00 h - 17.00 h

**Kosten: € 280,-
inkl. Öle, Studienunterlagen, Tees, Zertifikat**

Bauch Marma Massage

Intensive Nabel/Bauch-Marmamassage, Leberwickel
Theorie: Indikation / Kontraindikation

Termin: Sonntag, auf Anfrage, 10.00 h - 17.00 h

Kosten: € 150,- incl. Studienunterlagen, Zertifikat

UPANAHASVEDA

Ayurvedische Rückenmassage

Die Upanahasveda ist eine sehr wirkungsvolle Rückenmassage, sie beinhaltet eine ausgefeilte Rückenmassage mit integrierter Marmabehandlung und Schwitztherapie.

Voraussetzung: Ayurveda Basis Ausbildung

Termin: Sa./So., auf Anfrage, 10.00 h - 17.00 h

Kosten: € 280,-, inkl. Studienunterlagen, Zertifikat

Paketpreis:

**Marma Cikitsa, 5 Tage
Marma Vital, Bauch Marma und Upanahasveda**

Kosten: € 680,- inkl. Studienunterlagen, Getränke und Zertifikat (30 € Ersparnis zu Einzelpreisen)

Ausbildung an 8 Wochenenden

Wellness Praktiker/-in

Die Ausbildung ist für alle Berufsgruppen im Wellness-Bereich konzipiert, richtet sich aber auch an therapeutische Heilberufe (Masseure, Physiotherapeuten, Heilpraktiker etc), sowie an alle Interessierte, die sich mit Massagepraktiken eingehender auseinandersetzen wollen.

Mukabhyanga, Shiroabhyanga, Padabhyanga (Ayur 1)

- Kopf-, Nacken-, Gesicht-, Fuß-, Handmassage
- VATA - PITTA - KAPHA (Haut/ Haar)
- Schulung: Basisöle, Ayurveda Kosmetik

Termin: Sa./So. 29./30. März 2025, 10.00 h - 18.00 h

Trad. ayurv. Ganzkörperölmassage (Ayur 2 + 3)

- Theorie und Praxis der ayurvedischen Massagen
- Basisöle, Ayurveda Basiswissen
- Abhyanga (Ganzkörperölmassage)

Termine: Sa./So. 26./27. April 2025, 10.00 h - 18.00 h

Sa./So. 24./25. Mai 2025, 10.00 h - 18.00 h

Hot Stone Massage

Termin: Sa./So., in Planung, 10.00 h - 18.00 h

Aromaölmassage

Theorie und Praxis, Basisöle und Praxisbedarf

Termin: Sa./So., in Planung, 10.00 h - 17.00 h

Breuß Massage

Termin: Samstag, in Planung, 10.00 h - 16.00 h

Kräuterstempelmassage

Termin: Sonntag, in Planung, 10.00 h - 17.00 h

Klassische Massage - Schwedische Massage

Klassische Massagegriffe - Massagetechniken

Termin: Samstag, in Planung, 10.00 h - 17.00 h

Russische/Tibetische Honigmassage + Zupfmassage

Entgiftende russische Zupfmassage + Rückenmassage

Termin: Sonntag, in Planung, 10.00 h - 17.00 h

Fußreflexzonen Massage

Termin: Sa./So., in Planung, 10.00 h - 18.00 h

Die Module können auch einzeln gebucht werden.

**Wellness Praktiker/-in, Modul 1 - 9
Beginn: 29. März 2025, 8 Wochenenden**

Kosten: € 1899,- inkl. Studienunterlagen, Zertifikat



Ayurveda Institut Freiburg

**Modulare Ausbildungen
und Seminare in
ayurvedischer Massage
und Medical Wellness**

2025

Ayurveda Institut Freiburg

Axel Schwendemann, Anja Scharmankowski
Kaiser-Joseph Straße 183, 79098 Freiburg

Telefon: 0761 - 70 78 498

WWW: ayurveda-freiburg.de

E-Mail: info@ayurveda-freiburg.de



Ayurveda Ausbildung 2025

Umfassende Ausbildung in Techniken der Ayurveda Massagen u. v. m.

Wir bieten in unserer Praxis ein breites Programm an Ausbildungen und Seminaren mit den Schwerpunkten Ayurveda Massage, Wellness Massage, Ayurveda Ernährung und Naturheilkunde in verschiedenen Modulen an.



Ayurveda Jahresausbildung 2025 †

Als umfassende Ausbildung in ayurvedischer Heilkunde bieten wir eine **Intensiv-Jahresausbildung zum Ayurveda Gesundheitsberater/-in** (2 Module) an.

Der erste Schritt ist die **Basis Ausbildung Ayurveda Massage (Modul 1)** an vier Wochenenden. Diese Ausbildung ermöglicht es, in Hotels, Thermalbädern, Fitnessstudios etc. Arbeit zu finden oder in einer Selbstständigkeit die erlernte Massage umzusetzen.



Die vollständige **Ausbildung zum Ayurveda Berater** beinhaltet zusätzlich eine **Ayurveda Ernährung und Kräuter Ausbildung über 6 Wochenenden (Modul 2)**.

Durch verschiedene **Aufbauseminare zur Ayurveda Massage** kann die Ayurveda Massage ausführlich vertieft und erweitert werden, durch Spezialmassagen wie die Stempelmassage, Pulvermassage oder den Stirnguss.

Sämtliche hell unterlegten Ausbildungsmodule in diesem Faltblatt können auch als Einzelseminar gebucht werden!

Kosten: Tagesseminar € 150,- / Wochenende € 280,-

Frühbucher-Rabatt: Seminare und Ausbildungen, die mehr als 6 Monate vor dem Termin gebucht werden, erhalten 10 % Ermäßigung.

Wiederholer zahlen nur 50% des Seminarpreises



Anmeldeformulare unter www.ayurveda-freiburg.de oder Sie melden sich telefonisch an, unter 0761 - 70 78 498

Basisausbildung, 4 Wochenenden

Ayurvedische Massage (Modul 1)

Ayur 1

Mukabhyanga, Shiroabhyanga, Padabhyanga

- Kopf-, Nacken-, Gesicht-, Fuß-, Handmassage
- VATA - PITTA - KAPHA (Haut/ Haar)
- Schulung: Basisöle, Ayurveda Kosmetik

Termin: Samstag/Sonntag 29./30.März 2025

Ayur 2 + 3

Traditionelle ayurvedische Massage (Abhyanga)

- Theorie und Praxis der ayurvedischen Massagen
- Einsatz von Massageölen (Produktschulung)
- Die richtige Auswahl der Basis- und Kräuteröle
- Abhyanga (Ganzkörperölmassage)

- Konstitutionsbestimmung, Ayurveda Basiswissen
Termine: Samstag/Sonntag 26./27. April 2025
und Samstag/Sonntag 24./25. Mai 2025

jeweils 10.00 h bis 18.00 h

Es ist auch möglich, nur die Module 1-3 zu buchen, und ausführlich und kompetent die klassische ayurvedische Ganzkörperölmassage (Abhyanga) zu erlernen. Wir bieten dies zum günstigen Paketpreis von € 750,- an (statt € 840,- für die Einzelseminare)

Ayur 4

Ayurveda Marma Vital Massage

Marma Vitalpunkt Massage – Sanfte Druckmassage
Einführung Marma Lehre, Lokalisierung der Marmas (Bestimmung der Marmapunkte an Kopf, Gesicht, Bein, Fuß), Ausführliche Massagepraxis in Theorie und Praxis, Indikationen, Kontraindikationen

Termin: Samstag/Sonntag 28./29. Juni 2025
von 10.00 h bis 17.00 h

Basisausbildung Ayurveda Massage an 4 Wochenenden 29.03.2025 bis 29.06.2025

Kosten: € 999,-
inkl. Tees, Studienunterlagen und Zertifikat

Für die Teilnehmer der Ausbildung in Ayurvedischer Massage ist es möglich, an weiteren Wochenenden die nebenstehenden Ayurveda Aufbauseminare zu besuchen.

Intensivseminar an 6 Wochenenden

Ayurveda Ernährung & Kräuter Ausbildung (Modul 2)

In unserer Ernährung & Kräuter Ausbildung orientieren wir uns an der klassischen ayurvedischen Ernährungslehre und ergänzen diese durch wichtige Konzepte der modernen Ernährungswissenschaft und Naturheilkunde. Westliche Kräuter werden nach ayurvedischen Kriterien beleuchtet, und ein theoretisches Basiswissen vermittelt.

Ayurveda Ernährung & Kräuter Basiskurs (1)

Kapha Konstitution und Ernährungslehre
Reduktions-Küche, Entschlackung, Agni, Fastenkuren...
Termin: Sa./So., 15./16. Feb. 2025, 10.00 - 17.00 Uhr

Ayurveda Ernährung & Kräuter Basiskurs (2)

Kapha Konstitution – Kräuterheilkunde
Starke Gewürze, Bitterkräuter, Detox Kräuter, Massageöle, Curry Mischungen, Pulver, Pasten, Tinkturen, Hydrolate...
Termin: Sa./So., 12./13. April 2025, 10.00 - 17.00 Uhr

Ayurveda Ernährung & Kräuter Basiskurs (3)

Ayurveda Sommerküche, Pitta Ernährungspläne
Herstellung von grünen und weißen Smoothies, Rohkost...
Termin: Sa./So., 17./18. Mai, 10.00 - 17.00 Uhr

Ayurveda Ernährung & Kräuter Basiskurs (4)

Pitta Konstitution – Kräuterheilkunde für den Sommer
Heimische Kräuter aus westlichem und ayurvedischem Blickwinkel, Gesundheitsvorsorge, Tinkturen, Pasten...
Termin: Sa./So., 31.06./01.07.2025, 10.00 - 17.00 Uhr

Ayurveda Ernährung & Kräuter Basiskurs (5)

Vata Konstitution – Ernährungslehre
Kochkurs, Kräuter und Gewürze für den Winter, Stärkung des Immunsystems, Herstellung von Rasayanas...
Termin: Sa./So., 13./14. Sept. 2025, 10.00 - 17.00 Uhr

Ayurveda Ernährung & Kräuter Basiskurs (6)

Vata Konstitution – Herbst-/Winterkräuter u.a. für den Verdauungstrakt, zur Gesundheitsvorsorge, Schönheit...
Termin: Sa./So., 27./28. Sept. 2025, 10.00 - 17.00 Uhr

Ayurveda Ernährung & Kräuter Ausbildung (1-6) 6 Wochenenden: 15. Feb. 2025 - 28. Sept. 2025

Kosten: € 1500,- inkl. Studienunterl. & Zertifikat
Einzelseminare: € 280,- inkl. Studienunterl. & Zertifikat

Ayurveda Jahresausbildung 2025

Jahresausbildung in 2 Modulen

Ayurveda Gesundheitsberater/-in (Modul 1+2)

Basisausbildung Ayurvedische Massage (€ 999,-)
+ Ayurveda Ernährung & Kräuter Ausbildung (€ 1500,-)

Komplettpreis: € 2499,-
inkl. Tees, Studienunterlagen und Zertifikat

Aufbauseminare, 4 Wochenenden

Vertiefung der Ayurveda Massage

Für die Teilnahme an den Aufbauseminaren ist die vorherige Teilnahme an der Basisausbildung Ayurvedische Massage (Modul 1) äußerst sinnvoll.

Andernfalls nehmen Sie gerne zunächst mit uns Kontakt auf, damit wir Ihre Voraussetzungen besprechen.

Ayur 5: Trad. Kerala Spezialmassage Massage in sieben Positionen

- Klassische Abhyanga – Ölmassagen
- Verwendung spezieller Ayurveda Öle
Termin: Samstag, auf Anfrage, 10.00 - 17.00 h

Ayur 6: Bauch Marma Massage

Intensive Nabel/Bauch-Marmamassage, Leberwickel
Termin: Sonntag, auf Anfrage, 10.00 - 17.00 h

Ayur 7: Upanahasveda – Rückentherapie

Ayurvedische Rückenmassage mit Marmabehandlung
Termin: Sa./So. auf Anfrage, 10.00 h -17.00 h

Ayur 8: Shirodhara – Stirnguss

Indikation/ Kontraindikation
Termin: Sa./So. auf Anfrage, 10.00 -18.00 h

Ayur 9: Ayurveda Intensiv Seminar

Ayurveda Manualtherapien
Udvaratana- Pulvermassage, Wickel und Pflaster
Jambira Pinda Sweda – Stempelmassage
Termin: Sa./So. auf Anfrage, 10.00 -18.00 h

Aufbauseminare Vertiefung der Ayurveda Massage

Kosten: Tagesseminare € 150, Wochenenden € 280
inkl. Tees, Studienunterlagen und Zertifikat