



## DURAÇÃO: 30 HORAS

# Curso de Abhyanga

Neste curso vamos trabalhar algumas sequências clínicas de massagem de ayurveda tailandesa. Faremos uma introdução à Yogaterapia e trabalharemos manobras indicadas para cada dosha. Vamos usar como instrumento de trabalho a nível psicológico um protocolo de coaching ayurvédico.

Também vamos trabalhar com massagem ayurvédica em marquesa – com óleos personalizados à necessidade de cada cliente – ensinada nas faculdades e hospitais de Ayurveda, e em que o recipiente é massajado em sete posições tradicionais (reduzíveis a 4 ou 2 decúbitos) visando o máximo efeito terapêutico dos óleos herbais aplicados e em que os movimentos acompanham os movimentos naturais internos do corpo (circulação sanguínea, linfática, movimentos digestivos e excretórios). O curso é maximizado com as sequências de estiramentos para situações específicas e para cada dosha.

As técnicas aprendidas visam: equilibrar as emoções; facilitar o auto-conhecimento; combater o stress; recuperar e manter a saúde física, psíquica e mental; ampliar a capacidade respiratória; activar a circulação sanguínea; recuperar o nível máximo da energia vital, desfazendo os seus bloqueios; alinhar e reequilibrar os chakras, centros de energia no corpo; e corrigir a postura corporal.

## Datas e locais

- 27 / 09** Lisboa  
2020 Espaço Amar  
Rua Rosa Araújo, N°34 5º Andar  
(perto do Marquês de Pombal)
- 13 / 12** Portimão  
2020 Villa Prana  
Av. Miguel Bombarda 5,  
8500-299 Portimão
- 06 / 12** Sto. Tirso  
2020 D'Alma e Corpo  
Rua Ferreira de Lemos, 216,  
4780-468 Santo Tirso
- 29 / 11** Évora  
2020 Ginásios da Educação Da Vinci  
Rua de Chartres, nº5 B  
7000-930 Évora

## Investimento

50€ inscrição + 300€ divididos em 2 mensaldades (a pagar até ao dia 10 de cada mês ou até à conclusão do módulo)  
10% desconto com pré-pagamento

## Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Abhyanga mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.



**(+351) 91 645 92 75**  
**www.centrodeayurveda.com**  
**info@centrodeayurveda.com**

facebook.com/centrodeayurveda  
twitter.com/ayurvedacentro  
instagram.com/centrodeayurveda/  
linkedin.com/company/centrodeayurveda



Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!