

DURAÇÃO: 20 HORAS

Curso de Drenagem Linfática Ayurvédica

Integradas neste curso vamos ver as técnicas ayurvédicas de:

Cerca de 10 tratamentos linfáticos ayurvédicos.

Programas linfáticos.

Yoga linfático.

Auto-massagem linfática.

Dinacharya / rotina para problemas linfáticos.

Marmani linfáticos, nutrição e fitoterapia para programas linfáticos.

Garshana - Esfregar linfático da pele a seco, com uma luva de seda ou lã virgem, recorrendo a elementos naturais e herbais para a esfoliação. Estimula o tecido subcutâneo e aumenta a circulação periférica, removendo células mortas como um leve peeling. Também é um ótimo desintoxicante do corpo e limpa as energias.

Udwartana - Realização de uma massagem com uma pasta linfática (rasa) de ervas juntamente com o óleo. O uso do pó tem a finalidade de estimular o tecido adiposo e a circulação local.

Neerabhyanga - Estimula o sistema linfático e elimina o excesso de fluidos tóxicos, especialmente útil em situações de pós- operação ou doença prolongada pois ajuda na recuperação e a eliminar os efeitos de medicamentos tomados. É aconselhável tanto a pessoas sedentárias como para quem vive de forma mais activa.

Os formandos terão noções básicas de Ayurveda, aprendendo a personalizar os tratamentos consoante o biótipo da pessoa.

Datas e locais

- 21 / 01** Lisboa
2021 Espaço Amar
- 18 / 09** Rua Rosa Araújo, N°34 5º Andar
2021 (perto do Marquês de Pombal)
- 15 / 01** Sto. Tirso
2022 D'Alma e Corpo
Rua Ferreira de Lemos, 216,
4780-468 Santo Tirso
- 13 / 11** Portimão
2021 Villa Prana
Av. Miguel Bombarda 5,
8500-299 Portimão
- 27 / 11** Évora
2021 Ginásios da Educação Da Vinci
Rua de Chartres, nº5 B
7000-930 Évora

Investimento

50€ inscrição + 250€ divididos em 2 mensalidades (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 Drenagem Linfática Ayurvédica 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!