



**PRAXIS FÜR  
AYURVEDISCHE  
HEILKUNST**

# Grundausbildung

zum Ayurveda-Therapeuten  
mit Inga Mayer

**TERMINE** 6 Wochenenden, jeweils von Freitag 18 Uhr bis Sonntag 13 Uhr.  
23. bis 25.2. | 23. bis 25.3. | 27. bis 29. 4. | 8. bis 10.6. | 13. bis 15.7. | 21. bis 23.9.

**DOZENTIN** Inga Mayer, Heilpraktikerin  
Die Ausbildung findet in Kooperation mit dem Heilpraktiker Lehrinstitut Lotz statt.

**KURSGEBÜHR** € 260,- pro Ausbildungswochenende / € 1560,- insgesamt incl. Skripten und Arbeitsmaterial wie Öle etc. Die Ausbildung kann nur im Ganzen gebucht werden.

**ORT** Praxis für Ayurvedische Heilkunst, Wurzerstraße 11, 80539 München

**ANFAHRT** Tram 19 Haltestelle Kammerspiele; U4/5 Haltestelle Lehel oder U3/6 Odeonsplatz, S-Bahn Haltestelle Marienplatz oder Isartor

**„Ausbildung bedeutet nicht das Füllen eines Fasses, sondern das Entfachen eines Feuers.“  
Hippokrates**

Ayurvedische Heilkunst – die Wissenschaft vom langen und gesunden Leben – ist das älteste überlieferte Medizinsystem der Menschheit. Die jahrtausendealte Lehre aus Indien ist ein zutiefst ganzheitliches und zeitloses System, das den Menschen als Einheit von Körper, Geist und Seele innerhalb seiner Umwelt begreift.

**Ayurveda lehrt uns Krankheiten vorzubeugen, ungesunde Lebensformen zu erkennen, zu verändern und uns dadurch gesund zu erhalten.**

## **Grundprinzipien der ayurvedischen Medizin**

Aus Sicht des Ayurveda wirken in der Welt drei Bioenergien, Vata, Pitta und Kapha (Tridosha-Konzept). Diese Doshas finden sich auch im Menschen wieder und ihre Ausprägung bestimmt seine Grundkonstitution. Physische und psychische Einflüsse können die Zusammenstellung der individuellen Konstitution beeinflussen und verändern. Ziel des Ayurveda ist es, sie wieder in ein harmonisches Gleichgewicht zu bringen und dieses zu erhalten.

Ayurveda sieht die Ursache von physischen und psychischen Krankheiten in einem Ungleichgewicht der Bioenergien. Um die Doshas auszubalancieren, steht dem Ayurveda-Therapeuten ein umfassendes Feld an Behandlungs-, Präventions- und Heilmethoden zur Verfügung. Dazu gehören eine auf den Dosha-Typ abgestimmte Ernährung, mineralische und pflanzliche Heilsubstanzen, Massagen und Ölgüsse.

Ayurveda ist eine universale Heil- und Selbstheilmethode für Körper, Geist und Bewusstsein. Wer die Grundprinzipien dieser Methode beherrscht, kann sie an die Bedingungen und Bedürfnisse seiner Selbst und seines Lebenskreises anpassen.

### **Über die Ausbildung**

Die Ausbildung beinhaltet alle zentralen Felder des Ayurveda in Theorie und Praxis. Sie vermittelt neues Wissen über die traditionellen Methoden, zeigt Möglichkeiten der praktischen Umsetzung und ist gleichzeitig ein ganzheitliches Training zur persönlichen Weiterentwicklung.

Heilpraktiker und Ärzte ergänzen mit der ayurvedischen Medizin ihr therapeutisches Instrumentarium. Als Teilnehmer ohne Heilerlaubnis können Sie Ihr Wissen anschließend in der Gesundheits- und Ernährungsberatung sowie im Präventions- und Wellness-Bereich anwenden.

### **Die Grundausbildung setzt sich aus folgenden Schwerpunkten zusammen:**

- Teil 1 Grundprinzipien und Philosophie
- Teil 2 Anatomie und Physiologie
- Teil 3 Konstitution und Ernährung
- Teil 4 Gesundheit und Krankheit
- Teil 5 Kräuterkunde und Öle
- Teil 6 Massagetechniken

### **Weiter Informationen finden Sie auf:**

[www.ayurvedische-heilkunst.de/ayurveda-muenchen/](http://www.ayurvedische-heilkunst.de/ayurveda-muenchen/) und  
[www.hpl-lotz.de/kooperationen/ayurveda.html](http://www.hpl-lotz.de/kooperationen/ayurveda.html)