

# Ayurveda Massage Ausbildung

## Kursinhalt:

- Einführung in die Philosophie des Ayurvedas
- Das Verständnis der 3 Doshas
- Ernährungsempfehlungen nach den Prinzipien des Ayurvedas
- Verwendung passender Massage-Öle und ihre Bedeutung
- Das Vorbereiten der Atmosphäre, damit die massierte Person in einen Prozess der Selbstheilung kommen kann
- Bedeutung von Chakras und der Aura
- Erlernen der 60 bis 90 minütigen Ayurvedamassage mit über 60 Massagegriffen
- Massage der Marmas (Akupunkturpunkte)
- Die Körperhaltung während der Massage
- Die Ayurveda Ganzkörpermassage kann vollständig ausgeführt werden oder als Fußmassage (Padabhyanga), Gesichtsmassage (Mukabhanga) oder Rückenmassage
- Besonderheiten, die die Ayurvedamassage zu etwas ganz besonderem macht



## Die Ausbildung:

**Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Ausbildung der Ayurveda Technik eignet sich sehr gut für bereits erfahrene Therapeuten und Wellness Massage Einsteiger**

Unsere Kunden geben uns immer wieder die Rückmeldung, dass sie einen großen Unterschied zwischen anderen Ayurveda Massagen und unserer speziellen Ayurvedamassage empfinden. Die Kunden spüren die Wirkung der Massage und kommen gerne wieder zu einer Massage. Mit dieser speziellen Ayurveda Technik ist es erfahrungsgemäß recht zügig möglich einen guten Kundenstamm aufzubauen.

### **Warum bei uns nur 5 Tag Ausbildung?**

Bei uns müssen Sie zum Kurs nicht mitschreiben. Sie erhalten ein umfangreiches praxisbezogenes Skript, bei dem jede einzelne Technik bildhaft erklärt wird. Wir unterrichten 100% praxisbezogen, da wir auf unsere Ausbildung viel Berufspraxis vorweisen (2008 im Bereich Ayurvedamassage). Mit der Ausbildung zu der Sie am Seminar Step by Step geschult werden sparen Sie viel Zeit und Geld. Wir unterrichten auf den Punkt kommend und praxisbezogen.

### **Die Massage**

Es ist eine ganz besondere ayurvedische Technik, die schon über 2000 Jahre alt ist und aus Indien stammt. Die Massage ist sehr ausführlich und beinhaltet über 60 verschiedenen Massagegriffen bei denen u.a. auch die Reflexzonen der Füße, Hände und des Rückens mit einbezogen werden. Hiermit grenzt sich diese Massage zu den anderen Ayurvedamassagen stark ab, die hier in Deutschland gelehrt werden. Die Technik ist uralte und wird hauptsächlich in Indien gelernt, wo Fr. Steenbeck auch die Massage erlernte. Die Ayurveda Ganzkörpermassage kann vollständig ausgeführt werden oder nur als Fußmassage (Padabhyanga), Gesichtsmassage (Mukabhanga) oder Rückenmassage

### **Marmapunkte**

Das Besondere dieser Technik ist, dass die Marmapunkte in die Massage mit einbezogen werden. Marmas sind Akupressurpunkte, die auf Organe wirken und Blockaden lösen können. Die Kunst mit Marmas zu arbeiten ist uralte und wird hauptsächlich in Indien gelernt, wo Fr. Steenbeck auch die Massage erlernte.

## Wirkung der Massage

- Die Marmamassage geht auf den physischen, emotionalen, mentalen und energetischen Aspekt ein.
- Es ist eine Massagetechnik, die auch den geistigen Aspekt mit einbezieht und mehr ist als die gewöhnliche Ayurvedamassage
- Das Ziel der Massage ist auch den Körper von Schlackenstoffen zu befreien. Die Ansammlung von Schlacken ist Auslöser von 80 % aller Krankheiten. Mit den speziellen Techniken werden die Schlacken über die Lymphe abtransportiert und gelöst.
- Auf die Reflexzonen am Körper wird eingegangen, diese befinden sich u.a. an der Wirbelsäule, Füßen und den Händen.

Die Bereiche werden speziell massiert und Blockaden können sich lösen. Somit wird eine regenerierende Wirkung auf die Organe erzielt und Schwachstellen in verschiedenen Bereichen werden ausgeglichen. Das besondere an dieser Ausbildung ist, dass die Feinfühligkeit stark gefördert wird. Wenn man Massagen gibt, kommt einem selbst diese Fähigkeit sehr zu Gute.

## Kursleiterin Sabine Steenbuck

Sabine Steenbuck ist ausgebildete Ayurveda-Gesundheitsberaterin, Ayurveda-Masseurin seit 2004, Yogalehrerin und Erzieherin mit eigener Praxis in Bad Meinberg. Durch mehrere Indienaufenthalte inspiriert, absolvierte sie intensive Ayurveda-Ausbildungen in Indien und Deutschland. Neben der Praxisarbeit als Ayurveda-Gesundheitsberaterin hat sie seit 2008 unzählige Ayurveda MasseurInnen ausgebildet. Auch für die Ayurvedamassagepraxis in Süddeutschland hat sie regelmäßig Mitarbeiterinnen ausgebildet und Weiterbildungen für das Team angeboten. Durch langjährige Leitung einer Ayurvedapraxis und Zusammenarbeit mit einem Ayurvedaarzt bringt sie einen fundierten Erfahrungsschatz mit. Sie ist Deutschlandweit die einzige Ausbilderin für die spezielle, 2000 Jahre alte Ayurveda Marma Massage.

## Feedback von Kursteilnehmern:

**alle Meinungen sind auch bei [www.yelp.com](http://www.yelp.com) oder [www.emagister.de](http://www.emagister.de) nachzulesen, wo sie von Kursteilnehmern reingestellt wurden. Maximale Punktzahl sind 5 Sternchen.**

### **Kompetente, einfühlsame Leitung des Seminars 5 Sternchen**

Das Erlernen der Massage wurde einfühlsam angeleitet. Wenn ich dann massiert wurde, konnte ich mich wunderbar fallen lassen. Frau Steenbuck hat das Seminar kompetent geleitet. Sie hat uns noch weitere Tipps für das Wohlbefinden auf den Weg gegeben. Insgesamt war ich nach dem Seminar in einer angenehmen, entspannten Stimmung. Ich habe bereits mein Können an Bekannten getestet. Eine hat mir erzählt, dass ihre Schmerzen nach meiner Massage besser geworden sind.

*Edeltraud aus Kornwestheim*

### **sehr gute Unterrichtsgestaltung mit top Lerneffekt 5 Sternchen**

Der Kursablauf war sehr praxisbezogen, was ein schnelles Erlernen dieser Massage mit sich brachte. Somit ist von einer sehr effektiven Ausbildung zu sprechen, welche ich innerhalb weniger Tage genießen konnte. Das Preis-Leistungsverhältnis würde ich als sehr gut bezeichnen.

*Inna aus Hannover*

### **ich bin begeistert 5 Sternchen**

Die Ayurveda Heilmassage habe ich selbst das erste Mal bei Frau Steenbuck vor einem Monat kennengelernt. Ich war so begeistert von der tiefgreifenden und ausgleichenden Wirkung, dass ich sie selbst auch gleich erlernen wollte. Jetzt habe ich bei der Ausbildung mitgemacht. Und bin noch mehr begeistert. Vielen, vielen Dank Sabine für das, was du weitergibst. Das war und ist ein wahres Geschenk. Ich bin tief bewegt durch die Erfahrungen mit mir und über das was ich alles gelernt habe durch das Seminar. Ich freue mich darauf diese wundervolle heilsame Massage nun auch weitergeben zu dürfen.

*Melanie aus Ludwigsburg*

### **ich bin sehr zufrieden 5 Sternchen**

In der Ayurveda Massage ist alles drin, Techniken aus der klassischen Massage, Lymphdrainage. Wer sich für Massage interessiert, dem kann man diesen Workshop nur empfehlen zu machen. Mir persönlich hat die Ausbildung sehr gut getan. Die Ausbildung wird professionell durchgeführt und der Referentin ist es sehr wichtig dass man diese Jahrtausend alten Techniken optimal erlernt. Für mich ist diese Ausbildung eine große Bereicherung.

*Tobias aus Backnang*

# Ayurveda Massage Ausbildung



## Wann:

29.10.- 01. November

19. - 23. November

04.- 08. Februar 2023

in Bad Meinberg

in Stuttgart

in Bad Meinberg

**Wo:** Oase, Parkstr. 19, 32805 Bad Meinberg  
Yoga Süd, Mozartstr. 51, 70180 Stuttgart

## Kosten:

für das Seminar im Oktober	690 €	Frühbucherrabatt, Anmeldung ab 01.10.	730 €
für das Seminar im November	720 €	Frühbucherrabatt, Anmeldung ab 01.11.	750 €
für das Seminar im Februar	690 €	Frühbucherrabatt, Anmeldung ab 01.01.23.	730 €

**Unterlagen:** detaillierte Unterlagen der Techniken, ayurvedische Grundlagen, Teilnahmezertifikat  
**Nach der Ausbildung, sind Sie befähigt selbst Ayurvedamassagen anzubieten.**

## Kontakt:

Oase  
Parkstr. 19  
32805 Bad Meinberg  
Tel: 0176/62632930  
[www.yoga-ayurveda.one](http://www.yoga-ayurveda.one)  
[info@yoga-ayurveda.one](mailto:info@yoga-ayurveda.one)

## Anmeldung:

Verbindlich melden Sie sich mit einer Anzahlung von 150 € auf folgendes Konto an.  
Der Restbetrag ist 2 Wochen vor Ausbildungsbeginn fällig.

Kontodaten: Sabine Steenbuck Knr: 302 710 000, BLZ: 600 901 00 Volksbank Stuttgart  
IBAN: DE 66600901 000302710000

**Bitte geben Sie für die Überweisung Ihren Namen und als Betreff Ayurveda Ausbildung mit dem Datum an.**