



AYURVEDA

Ausbildung zur Ernährungsberater/-in

"Der Mensch ist, was er isst." Dieser Satz ist Ihnen bestimmt geläufig. In ihm wird in knapper Form deutlich, wie eng Ernährung mit unserem Wohlbefinden und unserer Gesundheit in Verbindung steht.

Obwohl dieser Zusammenhang seit Langem bekannt ist, steigt die Zahl der Übergewichtigen und ernährungsbedingten Krankheiten bedrohlich an – mit kaum absehbaren Spätfolgen.

Ausbildungsinhalte:

- Einführung in die Grundlagen der ayurvedischen Philosophie
- ayurvedische Geschichte
- Grundlagen des Ayurveda
- 5 Elemente
- Vata-Pitta-Kapha
- ayurvedische Tagesroutine
- ayurvedische Anatomie
- Agni, Ama, Doshas, Dhatus, Shrotas, Malas
- Konstitutionsbestimmung
- momentane Doshabestimmung
- ayurvedische Ernährung
- ayurvedisches Kochen

Ayurveda Naturheilpraxis
Christine Schuster
Moosbichlstr. 20
82319 Starnberg

Tel: 08151.277536
Fax: 08151.277535

naturheilpraxis@christine-schuster.de
www.christine-schuster.de

Veranstaltungsort: Starnberg
Gesamtunterricht: 100 Stunden
Gebühren: 990,00 Euro

Zeiten:

Freitags von 14:00 – 17:30 Uhr
Samstag und Sonntag von 8:30 – 14:00 Uhr

Termine: 06. – 08.01.2012
03. - 05.02.2012
02. - 04.03.2012
30.03.- 01.04.2012
04. - 06.05.2012
01. - 03.06.2012

