



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

Termine:	auf Anfrage
Gesamtunterricht:	100 Stunden
Gebühr:	€ 990,-

Ayurveda Naturheilpraxis
Christine Schuster
Schorn 2
82319 Starnberg
Tel: 08178.9978024
naturheilpraxis@christine-schuster.de
www.christine-schuster.de