



GENOVA
aprile - maggio 2022

Corso base di Massaggio Ayurvedico -Olistico

23/24/25 aprile e 14/15 maggio

piazza Colombo 3/16A2 - Genova

Due moduli per imparare facilmente le basi del massaggio con un approccio Ayurvedico e Olistico!

Alla fine del corso sarai in grado di fare un massaggio completo per ogni dosha! Adatto a tutti.

PROGRAMMA

- Concetti base sull'Ayurveda e la visione Olistica
- Test e discussione del proprio Dosha (squilibrio) e della Prakiti (natura)
- L'approccio al Massaggio Ayurvedico
- Tecniche semplici e concrete per riequilibrarsi su tutti i livelli: Mente, Corpo, Energia Vitale (prana)
- Massaggio VATA/PITTA/KAPHA
- Auto-massaggio

Per info e iscrizioni
info@animaolistica.it