

Ayurveda Basics

mit Ayurveda das Wohlbefinden im Alltag stärken

BEAUTY / WELLNESS



Termine:
Fr. 05.12.2025
14:30-17:30 Uhr

Preis:
60,- Euro *



Paracelsus
Gesundheitsakademie
Onlineunterricht
Tel. 0261-95252-0

Ayurveda (‘Wissen vom gesunden langen Leben’) ist eine im tiefsten Sinne ganzheitliche Gesundheitsphilosophie, die Körper, Seele und Geist beachtet. Ziel der ayurvedischen Heilkunst ist die Vermeidung von ernsthaften Erkrankungen, den Auslöser von Erkrankungen zu verstehen und ungesunde Angewohnheiten abzustellen.

Inhalte:

- Ayurvedische Gesundheitsphilosophie, Grundlagen
- Konstitutionsbestimmung
- Empfehlungen für die Tagesroutine
- Empfehlungen für die Jahreszeiten
- Empfehlungen je nach Konstitution
- kleine Hausapotheke, Gewürze und ihre ayurvedische Wirkung

Teilnehmer ohne Heilerlaubnis können beim Klienten Vitalisierung, innere Reinigung und Entspannung im Präventions- und Wellnessbereich bewirken. Heilpraktiker und Ärzte ergänzen mit der ayurvedischen Medizin ihr therapeutisches Praxisportfolio.

Seminarnummer:
SSB111051225

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:



Dozent/in Beret Ohlendorf: Jahrgang 1980. Nach ihrer 15 jährigen Selbstständigkeit im Bereich Merchandising reiste sie 2013 nach Indien und begann ihren Yogaweg. Ab 2014 ließ Beret sich in Deutschland und Österreich in verschiedenen Yogabereichen ausbilden: Yogatherapie, Ashtanga Yoga n. P. Jois, Shivananda Yoga, Yesudian Yoga (500h AYA/BDY). Von 2017 bis 2019 studierte sie Yogawissenschaften und bildet nun als "Yogacarya" selbst Yogalehrer aus. Seit 2017 ist sie Seminarleiterin und Ausbilderin an verschiedenen Bildungsstätten. Nach ihren Hospitanzen in Ayurveda Kliniken in Indien & Deutschland begann sie 2021 das Studium zur "med. Spezialistin für Ayurveda Medizin" und absolvierte es 2023 erfolgreich. Im Dezember 2023 eröffnete Beret ihre eigene Ayurveda Praxis.

