

# Ayurvedische Ernährungslehre als Basis eines gesunden, kraftvollen Körpers und Geistes

BEAUTY / WELLNESS



Diese Sonderseminar ist Bestandteil der Ayurveda Kompaktausbildung und kann als Einzelseminar von Interessenten gebucht werden, die die ayurvedische Küche kennenlernen oder tiefer in das Thema einsteigen möchten.

Vorkenntnisse über die ayurvedischen Grundprinzipien Vata, Pitta, Kapha wären empfehlenswert, jedoch nicht unbedingt notwendig.

Inhalte:

- Eigenschaften der Nahrung und die Bedeutung der Geschmäcker in der ayurvedischen Ernährung
- allgemeine und spezifische Ernährungsempfehlungen
- die Wichtigkeit eines gut funktionierendes Verdauungsfeuers Agnis
- Detoxkuren

**Dozent/in Shreya Ulrike Kürzeder:** Frau Kürzeder arbeitet seit 2002 erfolgreich und mit großem Enthusiasmus als Ayurvedatherapeutin in einer Gemeinschaftspraxis für traditionelles Ayurveda. Ihr Schwerpunkt liegt in der ayurvedischen Manualtherapie und der ganzheitlichen Lebens- und Ernährungsberatung. Ihre Kenntnisse und das Wissen um Ayurveda erlernte sie vor allem in Indien an verschiedenen Instituten und Kliniken. Seit 2003 ist sie als Dozentin für Ayurveda an den Paracelsus Schulen tätig. Bei ihrer Unterrichtstätigkeit legt sie großen Wert auf fundiertes Verständnis der ayurvedischen Prinzipien und das Erlernen von grundlegenden ayurvedischen Behandlungsmethoden.

Termine:

**Do. 06.03.2025**

10:00-18:00 Uhr

**Fr. 07.03.2025**

10:00-18:30 Uhr

Preis:

**450,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Bayerstr. 16 a  
80335 München  
Tel. 089 - 59 78 04**

Seminarnummer:

**SSH80021124V2**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:



München

**PARACELSUS**  
die Gesundheitsakademien