

20 – 26 agosto 2016

CORSO INTENSIVO DI MASSAGGIO AYURVEDICO ALL'ISOLA D'ELBA...

un tuffo nel mare dell'AYURVEDA!



**Pronti dalla nave a tuffarsi
nel mare dell'Ayurveda
nella rigogliosa incantevole natura
dell'Isola d'Elba !**



**Nella caratteristica location di Casale Santo Stefano
immersa nella natura della macchia mediterranea, tra sole, cielo azzurro,
profili di montagne, aria pura e notti stellate, faremo un'esperienza unica
di apprendimento e di benessere personale!**



Corso full immersion. Numero limitato di posti. Contattateci al più presto!

**Per ulteriori informazioni e per ricevere i moduli di iscrizione:
segreteria@ayurvedainternationalacademy.com - cell. 334 7628646 - 335 8111133**

Le iscrizioni dovranno pervenire entro il 15 Giugno 2016



Struttura del Corso di Massaggio Ayurvedico



Durante questa settimana infatti vengono trasmessi i principi fondamentali dell'Ayurveda e delle tecniche relative al massaggio. Inoltre vengono dimostrati, praticati e ricevuti tutti i principali trattamenti ayurvedici in programma, fedelmente all'antica Tradizione ayurvedica, sotto l'attenta guida degli Insegnanti, utilizzando professionali attrezzature ayurvediche e gli originali oli ayurvedici dell'India.

La full immersion permette di vivere con intensità, concentrazione e rinnovato entusiasmo le giornate di corso nell'apprendimento sia teorico che pratico di questa meravigliosa Scienza di Vita.

A fine corso i partecipanti avranno appreso i principi base dell'Ayurveda e saranno in grado di praticare con sicurezza il Sarvabhyanga, il massaggio maggiormente richiesto e praticato, e le altre tecniche incluse nel programma.

A fine corso l'Ayurveda International Academy rilascia l'attestato relativo.

Questo Corso Intensivo può essere integrabile successivamente con altri moduli per ottenere l'Attestato di Operatore Olistico in Ayurveda, a raggiungimento del monte ore richiesto.

Le giornate di lavoro gioioso e intenso, potranno essere arricchite da momenti facoltativi di meditazione, Hatha yoga, brevi escursioni nella mediterranea profumata natura dell'Elba, bhajan e kirtan e momenti di condivisione di gruppo.

Programma del Corso di Massaggio Ayurvedico

TEORIA DEI PRINCIPI FONDAMENTALI DELL'AYURVEDA

TEORIA E PRATICA DELLE SEGUENTI TECNICHE AYURVEDICHE:

- sarvabhyanga
- shiroabhyanga
- padabhyanga
- udvartana
- pinda sveda

ORARI DELLE GIORNATE DI CORSO, DA DOMENICA A GIOVEDÌ COMPRESO

6.45 - 7.15 Meditazione (facoltativa)

7.30 Hatha Yoga

8.30 colazione

9.15 lezioni

13.30 pranzo

Pausa pranzo

ripresa alle 14.30 fino alle 17.30

18 - 19.30 attività facoltative:
meditazione, hatha yoga, passeggiate/
escursioni, nada yoga

20.00 cena

21.00 - 22.00 Condivisione in gruppo
e Nada Yoga

INSEGNANTI

Letizia Vercellotti Naturopata in Ayurveda,
Fondatrice dell'Ayurveda International
Academy, Insegnante senior in Ayurveda.

Gian Antonio Fabris Massofisioterapista,
Operatore Ayurvedico, responsabile dei
trattamenti di Purva Karma presso
l'Ayurveda International Academy

Milena Cattaneo Naturopata in Ayurveda
e Operatrice Ayurvedica esperta di Yoga.

(curricula su www.ayurvedainternationalacademy.com)

INFORMAZIONI GENERALI

Arrivo sabato 20 agosto.

16-17 tisana di benvenuto e
presentazione del corso;

fine del corso: venerdì pomeriggio dopo le
lezioni (17,30)



Om Namah
Shivaya!

PRANZI vegetariani e su richiesta vegani,
saranno preparati secondo le indicazioni
di una sana alimentazione ayurvedica.

COSTI

750 € comprensivi dei pranzi dal 20 al
26 e della tessera di socio AIA,
pagabili con bonifico bancario

ISCRIZIONI

Il corso ha un numero limitato di posti.
Contattateci al più presto!

Per ulteriori informazioni e per ricevere
i moduli di iscrizione:

segreteria@
ayurvedainternationalacademy.com
cell. 334 7628646 - 335 8111133

Le iscrizioni dovranno pervenire entro il
15 Giugno 2016.

Modalità di pagamento: in due rate:
I rata acconto di 400 € entro il 15 Giugno
Il rata saldo di 350 € entro il 30 Luglio
Bonifico bancario intestato a
Ayurveda International Academy,
causale "Iscrizione Corso Intensivo di
Massaggio Ayurvedico".

Iban: IT36D0623002811000056637850

Location:

Casale Santo Stefano
loc. Santo Stefano 31 - Portoferraio (LI)
Isola D'Elba