

## **Ayurvedische Schwangeren Massage Weiterbildung**

**Möglichkeit 1 \* 28.9 & 29.9.2024**

**Möglichkeit 2 \* 02.11 & 03.11.2024**

Voraussetzung für die Weiterbildung ist eine Basisausbildung in Wellness oder Ayurveda Massage !

\*In der Zeit der Schwangerschaft nimmt diese achtsame und sanfte Massage einen wichtigen Platz ein. Durch ayurvedischen Öle und eine speziell angewendete Massagetechnik mit viel Intuition und Empathie, wird die Frau in ihrem Prozess des Mutterwerdens unterstützt.

\*Die warmen Ölungen der Massage bewirken eine Kräftigung von Körper und Seele.

\* Geschmeidigkeit der Haut wird deutlich verbessert, der Stoffwechsel wird stimuliert und Schwangerschaftsbeschwerden gelindert.

\* Die achtsam und harmonisch ausgeführten Bewegungen sind wohltuend und haben eine positive Wirkung auf das allgemeine Befinden von Mutter und Kind.

\*Die ayurvedische Schwangerenmassage schenkt Kraft, Entspannung und Regeneration.

\*Die Massage kann ab dem vierten Monat bis zur Geburt gegeben werden und auch danach ist sie weiterhin möglich und wohltuend .

\*Sie hilft auch bei typischen Schwangerschaftsbeschwerden wie Rückenschmerzen, schweren Beinen, Schlaflosigkeit, Kopfschmerzen und beugt Schwangerschaftsstreifen vor.

### **Wo ?**

\* Markkleeberg West bei Coaching Sandy

\* Samstag von 12 bis 18 Uhr , sei gerne ein paar Minuten eher da, um in aller Ruhe anzukommen .

\* Sonntag von 10 bis 16 Uhr

### **Inhalte**

\* an diesen 2 Tagen lernen wir eine noch sanftere Form der Ayurveda Massage

\* anhand von Modellen wird es sehr viel Praxis geben

\* verschieden Liegepositionen für die schwangere Frau

\* deine innere Haltung \* Atemtechniken \* beweglichkeit an der Massageliege

eine wundervolle Möglichkeit in Geburtshäusern oder Kliniken es zu integrieren.....

### **dein Invest**

\* 333 € vorab zu Überweisen oder per Paypal

\* dein Commitment zu deinem Platz

\* nach deiner Anmeldung im unteren Kontaktformular bekommst du alle Infos zu den Bezahl details und zum Kurs in Form eines PDF `s