



# ayurveda PRAKTIKER

**LEITUNG:**  
IRIS WEILAND

**START:**  
20. FEBRUAR 2015



**UMFANG:**  
765 LEHREINHEITEN  
IN 3 JAHREN

**ABSCHLUSS:**  
DIPLOM ZUM AYURVEDA  
WOHLFÜHLPRAKTIKER



## WARUM AYURVEDA?

Ayurveda, die sanfte Methode der Gesunderhaltung, Wellness, Krankheitsvorbeugung und Heilung wird im Westen immer populärer. Lernen und erfahren Sie dieses faszinierende und umfassende Gesundheitssystem von Grund auf in Theorie und Praxis. Erwerben Sie die Kompetenz selbstständig als Ayurveda WohlfühlpraktikerIn zu arbeiten und Ihre Berufung erfolgreich zu leben!

### EINE BERUFSAUSBILDUNG MIT TOLLEN PERSPEKTIVEN

Mit der anerkannten 3-jährigen Ausbildung zum/r Ayurveda-WohlfühlpraktikerIn erwerben Sie die fachlichen Fähig- und Fertigkeiten und schaffen die rechtliche Grundlage, um hochwertiges Ayurveda im gehobenen Wellness-Bereich erfolgreich anzubieten. Sei es nun als EinzelunternehmerIn mit eigenem Ayurveda-Studio oder in Zusammenarbeit mit Ärzten, Kurbetrieben, in Kooperation mit anderen Praxen oder Einrichtungen ganzheitlicher Gesundheit bzw. im Freizeit- und Wellnessbereich wie Hotels, Fitnesscenter, Thermen, SPAs und viele mehr.

Eine ausbalancierte Mischung aus Ayurveda-Theorie und praktischer Ausbildung in Ayurveda-Massage, -Ernährung, -Philosophie und Schulmedizinischen Grundlagen durch erfahrene und kompetente Dozenten, umfangreiches Begleitmaterial und die regelmäßige Möglichkeit zur Supervision bereiten Sie bestmöglich auf Ihre zukünftige Tätigkeit als Ayurveda-WohlfühlpraktikerIn vor.

Wenn Sie gerne mit und am Menschen arbeiten, sich intensiv mit Ayurveda in Theorie und vor allem Praxis auseinandersetzen möchten und ein neues, faszinierendes Berufsfeld mit vielfältigen Erfolgchancen erschließen möchten, dann freuen wir uns darauf, Sie in unserer Ausbildung zu haben!

### AUSBILDUNGSLEITUNG: IRIS WEILAND

Die bekannte Ayurveda-Spezialistin ist diplomierte Ayurveda-Wohlfühlpraktikerin, Vastu-Beraterin, Hatha-Yoga-Lehrerin und Journalistin. Als Dozentin begeistert sie die Ausbildungsteilnehmer am Akshara Yoga Institut Austria seit Jahren mit ihrer herzlichen Art für Ayurveda. Ihr besonderes Anliegen ist es authentisches, unverfälschtes Ayurveda-Wissen weiterzugeben und die jahrtausendealte Wissenschaft vom gesunden und glücklichen Leben in einen regionalen Kontext zu bringen und sie dem Menschen und seinen Bedürfnissen im 21. Jahrhundert anzupassen.

Internationale Gastdozenten zur Vertiefung von Spezialthemen runden das umfassende Ausbildungsprogramm ab.

Die gesamte theoretische und praktische Ausbildung umfasst laut der Verordnung des Bundesministeriums für Arbeit und Wirtschaft (idF BGBl II 135/2009) 765 Ausbildungsstunden während einer Dauer von drei Jahren. Zudem müssen mindestens 150 Einzelanwendungen, davon mindestens 50 unter Supervision, protokolliert nachgewiesen werden. Nach Abschluss der 3-jährigen Ausbildung kann mit dem Abschlusszertifikat und den geforderten Einzelanwendungen das Gewerbe „Massage, eingeschränkt auf Ayurveda-Wohlfühlpraktik“ bei der zuständigen Behörde angemeldet werden.

FOTO: ISTOCK / IRIS WEILAND

### Information & Anmeldung:

Akshara Yoga Institut Austria  
office@yoga-austria.info  
Tel. +43 3649398  
Fax. +43 720 11 59 18  
www.yoga-austria.info

### Infoabende

27. 06.2014 um 18.00 h  
19. 09.2014 um 18.00 h

### Interessiert?

Dann schicken Sie uns das ausgefüllte Anmeldeformular sowie ein einseitiges Bewerbungsschreiben inkl. Foto und Lebenslauf.



## TERMINÜBERSICHT

	GEGENSTAND	MINDESTANZAHL DER LEHRSTUNDEN
1.	Einführung, Schulmedizinische Grundlagen Anatomie, Physiologie, Allgemeine Pathologie Hygiene Erste Hilfe	150 20 20
2.	Ayurveda Theorie (Grundlagen von Ayurveda, Grundbegriffe der ayurvedischen Energie- und Elementenlehre, Grundlagen der Physiologie, Gesundheitslehre nach ayurvedischen Prinzipien, Grundlagen der ayurvedischen Lebensregeln, Regenerationslehre und Konstitutionslehre, Öl- und Produktkunde, Ayurvedische Kräuterkunde	210
3.	Präventive Gesunderhaltung im Ayurveda	40
4.	Ayurvedawohlfühlanwendungen und deren Techniken (Durchführung von Ganzkörperanwendungen; Teil-Anwendungen; Ayurvedischer Schönheitspflege; Erkennen der Anwendungsmöglichkeiten der entsprechenden Wohlfühlanwendungen; Erstellen eines Anwendungs-Konzepts; Erkennen von Kontraindikationen Ayurveda Wohlfühl-Anwendungen)	180
5.	Theoretische Grundlagen der ayurvedischen Ernährung	45
6.	Einführung in Yoga, Meditation, Atemtechniken, Entspannungstechniken, Übungen in Selbstwahrnehmung und Körperhaltung	75
7.	Dokumentation und Ethik	15
8.	Grundlagen der Kommunikation (Vermittlung der ayurvedischen Grundprinzipien und Klienten/-innengespräche)	20
9.	Recht	10

FOTOS: VEER / ISTOCK

### 1. JAHR DER AYURVEDA WOHLFÜHLPRAKTIKER AUSBILDUNG (270 Lehreinheiten a 50 min.)

Modul 1: 20. – 22. 02. 2015

Einführung in Ayurveda

Grundlagen und Grundbegriffe der ayurvedischen Energie- und Elementenlehre und Physiologie  
Basisölkunde & Anleitung zur Selbstmassage

Modul 2: 20. – 22. März 2015

Schulmedizinische Grundlagen: Anatomie, Physiologie und Pathologie: Aufbau des Körpers, seiner Gewebe und Organe, Stoffwechsel, Verdauung, Nervensystem & Stress

Modul 3: 01. – 03. 05. 2015

Grundlagen der Ayurveda: Strukturelle und funktionelle Körperkomponenten, Dhatus, Upadhatus, Mala, Srota, Agni, Ojas, Ama

Modul 4: 26. – 28. 06. 2015

Einführung in die Grundlagen der ayurvedischen Philosophie  
& spirituellen Therapien

Module 5 & 6: 16. – 21. 08. 2015 – Intensivwoche extern

Ayurvedische Ernährung, Gheekochen, ayurvedische Küchenapotheke, Aufbau von Kochworkshops, Erstellung von Lebensstilkonzepten zum Dosha-Ausgleich, Gesprächsführung, Supervision, Yoga, Meditation, Pranayama



## TERMINÜBERSICHT

Modul 7: 02. - 04. 10. 2015

Konstitutionsbestimmung, Dravyaguna - wichtige europäische und indische Kräuter zum Dosha-Ausgleich, Kräuter für Rasayana und Vajjikanana

Modul 8: 27. -29. 11. 2015

Ayurvedische Therapiekonzepte, Langhana, Rasayana, Panchakarma, Vajjikanana, Erstellung individueller konstitutionsbezogener Konzepte

Modul 9: 15. - 17. 01.2015

Schriftliche Zwischenprüfung  
Praxisfälle sowie FAQ

### 2. JAHR DER AYURVEDA WOHLFÜHLPRAKTIKER AUSBILDUNG

(250 Lehreinheiten a 50 min)

Modul 1: 5. - 7. Februar 2016

Einführung in die ayurvedischen Massagetechniken  
Ayurvedische Ölkunde  
Hygiene  
Ayurvedische Teilanwendungen I:  
Padabhyanga  
Indikationen & Kontraindikationen

Modul 2: 11. - 13 März 2016

Schulmedizinische Grundlagen: Anatomie, Physiologie & Pathologie des Bewegungsapparates, Bewegungsstörungen, Gelenkerkrankungen und Therapieansätze

FOTOS: VEER B I STOCK

## INHALTE

Modul 3: 6. - 8. Mai 2016

Ayurvedische Teilanwendungen II  
Dharas (Herz, Knie, WS, Gelenke, Nabel)  
Picchus  
Kadivasti  
Indikationen & Kontraindikationen  
Praxiseinrichtung

Modul 4: 10. - 12. Juni 2016

Schulmedizinische Grundlagen: Haut, Autoimmunerkrankungen (Allergien, ...), moderne Krankheitsbilder wie Migräne,... Hormonsystem und Alterungsprozesse, Kontraindikationen aus schulmedizinischer Sicht

Modul 5 & 6: 8. - 14. August 2016 Intensivwoche extern

Anatomisch korrekte Ausrichtung des eigenen Körpers bei der Massage – Supervision  
Ölküche: Ayurvedische Öle selbst herstellen  
Abhyanga  
Thalodal  
Svedana  
Shirodhara  
Indikationen & Kontraindikationen  
Supervision

Modul 7: 7. - 9. Oktober 2016

Ayurvedische Augen, Ohren & Nasenpflege  
Indikationen & Kontraindikationen  
Erste Hilfe



## TERMINÜBERSICHT

Modul 8: 20. - 22. Jänner 2017  
 Spirituelle Therapien, Selbstschutz, Rituale, Räuchern  
 Schriftliche und praktische Zwischenprüfung

### 3. JAHR DER AYURVEDA WOHLFÜHLPRAKTIKER AUSBILDUNG (250 Lehreinheiten a 50 min)

Modul 1: 24. - 26. Februar 2017  
 Ayurvedische Teilbehandlungen III  
 Pristhabyanga  
 Pristabhyanga mit Lepa, Picchu, Dhara  
 Indikationen & Kontraindikationen

Modul 2: 24. - 26. März 2017  
 Schulmedizinische Grundlagen: Anatomie, Physiologie & Pathologie des Herz-Kreislauf-, Atem-, und  
 Immunsystem, Psychische Erkrankungen und Therapieansätze

Modul 3: 5. - 7. Mai 2017  
 Dynamische Ganzkörperanwendungen  
 Udvartana  
 Pindasveda  
 Garshan  
 Indikationen & Kontraindikationen

## INHALTE

Modul 4: 9. - 11. Juni 2017  
 Ayurvedische Teilkörperanwendungen IV  
 Ayurvedische Typgerechte Haut- & Haarpflege  
 Mukhabhyanga  
 Indikationen & Kontraindikationen

Modul 5: 15. - 17. September 2017  
 Praxismanagement  
 Rechtliche Voraussetzungen  
 Herausarbeiten des persönlichen Focus, Entwickeln von Erfolgs- und Werbekonzepten für die eigene Praxis

Modul 6: 13. - 15. Oktober 2017  
 Vertiefung Ganzkörperanwendungen - Supervision  
 Entwicklung von Kurkonzepten für die eigene Praxis  
 Praxisfälle

Modul 7: 24 - 26. November 2017  
 Praxiseinrichtung  
 Vastu

Modul 8: 16. - 18. Februar 2018  
 Schriftliche Abschlussprüfung, Präsentationen, Zertifikatsvergabe

# ayurveda-anmeldung

Vor-/Nachname .....

Straße, Hausnummer, Stiege .....

PLZ, Ort .....

Telefon Nr. ....

Mail-Adresse .....

Geb. Datum: .....

- Frühbucherpreis bis Mitte Dez. 9.500,-  
Zahlbar in 6 Raten zu je € 1.584,-  
jeweils im Januar und Juni des Jahres
- Modulpreis pro Jahr Einzelbuchung: 3.480,-  
(Gesamtpreis 3 Jahre: 10.440,-)
- Monatl. Zahlung (Einzug): 295,- (10.620,-)
- IBAN .....
- BIC .....
- Im Preis sind Zwischenprüfungen und  
benötigte Supervisionen inkludiert.  
An-Abreise sowie Unterkunft und Verpflegung in  
den Intensivwochen exklusive.
- Abschluss-Prüfungsgebühr: 160,-

ANMELDUNG ZUR AUSBILDUNG FAX: +43 720 11 59 18 ODER OFFICE@YOGA-AUSTRIA.INFO

Die Leistungen der Ausbildungsleitung sind:

- die genannten Unterrichtseinheiten
- umfassende schriftliche Unterlagen
- Supervisionen

Nicht in den Ausbildungskosten enthalten ist die An- und Abreise und Unterkunft zur Intensivwoche. Bei Anmeldung ist eine Anzahlung von 5 % der Gesamtkosten zu entrichten. Terminänderung sowie Änderung der Vortragenden vorbehalten. Die/der TeilnehmerIn verpflichtet sich zum regelmäßigen Besuch der Ausbildungsseminare. Die Anwesenheitspflicht beträgt 85% der Unterrichtsstunden. Zusätzlich ist eine regelmäßige, selbständige Übungspraxis verpflichtend.

Eine Kündigung des Vertrages ist beidseitig möglich. Für Rücktritt und Kündigung ist die schriftliche Form erforderlich. Als Kündigungsgrund seitens der Ausbildungsleitung gilt mehrfaches Fernbleiben des Teilnehmers von den Seminaren oder ein Teilnehmerverhalten, das eine erhebliche Störung des Seminarbetriebes bedeutet. Rücktritt bis 8 Wochen vor Ausbildungsbeginn ist gebührenfrei, innerhalb von 6 - 2 Wochen vor Ausbildungsbeginn ist eine Stornogebühr von € 300,- zu entrichten. Bei späterer Kündigung seitens des Teilnehmers werden 25 % der noch ausstehenden Lehreinheiten in Rechnung gestellt. Die Teilnahme an dieser Ausbildung erfolgt auf eigene Verantwortung. Die Ausbildungsleitung übernimmt für Schäden jeglicher Art keine Haftung.

Bitte legen Sie dem Anmeldeformular Bewerbungsschreiben inkl. Foto und Lebenslauf bei.

Datum .....	Unterschrift .....	Datum .....	Unterschrift .....
	Akshara GmbH		



AYURVEDA-WOHLFÜHLPRAKTIKER

# BERUF UND BERUFUNG!

—

Akshara Yoga & Ayurveda Institut Austria  
Grenzgasse 40, 2340 Mödling  
Tel. +43 1 3649398  
www.yoga-austria.info

**AKSHARA**  
**yoga &**  
**ayurveda**  
**INSTITUT AUSTRIA**



**YOGA AUSBILDUNG**

200 h, 300 h und 500 h

**YOGATHERAPIE AUSBILDUNG**

Yoga für Action-Freaks

**AYURVEDA-AUSBILDUNG**

zum Wohlfühlpraktiker

2015



**Weitere  
Aus-  
bildungen**