

UTA Akademie

Aus- und Weiterbildung

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

Tel. +49-221-57407-0, info@uta-akademie.de

Indische Kopfmassage

Weiterbildung für Körpertherapeut*innen und interessierte Laien

Datum: **08.09.2023 - 10.09.2023**

Dauer: 2 Tage

Leitung: **Devapria Gokani**

Preis: **280,00 €**

[» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung](#)

Ansprechpartnerin

Selina Preeti Jung

Tel. 0221-57407-28

s.jung@uta-akademie.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

Die indische Kopfmassage aus dem Ayurveda bringt Entspannung fürs Gehirn, den ganzen Körper und das Nervensystem. Da sie im Sitzen und angekleidet stattfindet, ist sie auch ideal fürs Büro geeignet.

Seminarbeschreibung

Die indische Kopfmassage hat ihre Wurzeln im ayurvedischen Heilsystem. Sie bringt tiefe Entspannung und Beruhigung, energetisiert, erfrischt und fördert die Durchblutung im gesamten Kopfbereich, einschließlich des Gehirns, des Gesichts und der Augen. Wenn das Gehirn entspannt, entspannt sich der gesamte Körper und das Nervensystem.

Muskeln im Bereich des Nackens, des oberen Rückens, der Schultern und im Brustbereich werden gelockert und so der natürliche Energiefluss zwischen Kopf und Herz wieder hergestellt. Hierdurch kann sich der Stress, der sich in Gewebe, Muskeln und Gelenken angesammelt hat, lösen.

Die indische Kopfmassage ist besonders wohltuend für alle, deren Augen häufig großen Belastungen ausgesetzt sind, etwa durch Bildschirmarbeit oder lange Autofahrten. Da die Massage im Sitzen stattfindet, ein Entkleiden nicht nötig ist und es keinerlei Hilfsmittel braucht, kann sie ohne Aufwand am Arbeitsplatz und in Büros angeboten werden.

Lerninhalte und Zielgruppe

Die Teilnehmenden erlernen die grundlegenden Massagetechniken und erhalten einen Einblick in traditionelles indisches und ayurvedisches Heilwissen. Zudem ist das Seminar der aktuellen Situation angepasst, die Teilnehmenden bekommen viele Elemente der Selbstmassage beigebracht. Nach der Ausbildung sind sie in der Lage, eine 30- bis 45-minütige Einzelsitzung zu geben.

Der Kurs richtet sich sowohl an interessierte Laien als auch professionelle Körpertherapeut*innen als wertvolle Ergänzung und Abrundung ihrer eigenen Techniken.

Seminarzeiten

Beginn am 1. Tag um 20:30 Uhr, Ende am letzten Tag um 17:00 Uhr

Ergänzendes Seminar

Indische Fußmassage

23. - 25.06.2023