

## **Indische Kopfmassage – Shiroabhyanga**

### **Weiterbildung für Körpertherapeut\*innen und interessierte Laien**

Datum: **07.08.2026 - 09.08.2026**

Dauer: 2 Tage

Leitung: **Devapria Gokani**

Preis: **335,00 €**

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

### **Ansprechpartnerin**

Marion Bohr

Tel. 0221-57407-23

[marion.bohr@uta-akademie.de](mailto:marion.bohr@uta-akademie.de)

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

**Die indische Kopfmassage "Shiroabhyanga" aus dem Ayurveda bringt Entspannung fürs Gehirn, den ganzen Körper und das Nervensystem. Sie findet im Sitzen und angekleidet statt.**

### **Seminarbeschreibung**

Die indische Kopfmassage "Shiroabhyanga" hat ihre Wurzeln im ayurvedischen Heilsystem. Sie bringt Entspannung und Beruhigung, energetisiert, erfrischt und fördert die Durchblutung im gesamten Kopfbereich, einschließlich des Gehirns und des Gesichts. 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 wiederhergestellt. Hierdurch kann sich der Stress, der sich in Gewebe, Muskeln und Gelenken angesammelt hat, lösen.

Die traditionelle Massage findet im Sitzen statt und wird mit Kokosöl durchgeführt. Ein Entkleiden ist nicht nötig und es braucht keine weiteren Hilfsmittel. Die Kopfmassage kann auf Wunsch trocken, ohne Benutzung eines Öls, durchgeführt

werden und ist somit auch fürs Büro geeignet.

Das Angebot des Osho UTA Instituts an klassischen Meditationen von Osho steht den Teilnehmenden optional zur Verfügung.

### **Lerninhalte & Zielgruppe**

Die Teilnehmenden lernen die grundlegenden Massagetechniken und erhalten einen kurzen Einblick in die Anatomie des Schädels. Übungen zum Erlernen, Entwickeln und Verfeinern der essenziellen Fähigkeiten der Selbst- und Sinneswahrnehmung sind Bestandteil des Seminars. Nach dem Kurs sind die Teilnehmenden in der Lage, eine 30- bis 45-minütige Einzelsitzung zu geben.

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

### **Seminarzeiten**

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

### **Zum Kennenlernen**

#### **Offener Abend & Seminarbeginn**

Fr., 07.08.2026, 20:30 Uhr, 30 €

Komm einfach vorbei!