



**I9PROJECT**

Formação, Consultoria e Organização de  
Eventos

# Massagem Ayurvédica

**I9PROJECT**

Formação, Consultoria e Organização de Eventos

Rua Sá da Bandeira, 766 1º Esq.

4000-432 Porto

Tel: 220933609/ 919404878

[cursos@i9project.net](mailto:cursos@i9project.net)

[www.i9project.net](http://www.i9project.net)

**18 de Fevereiro de 2012**

# Massagem Ayurvédica

**Ayurveda** é o nome dado ao conhecimento médico desenvolvido na Índia há cerca de 7 mil anos, o que faz dela um dos mais antigos sistemas medicinais da humanidade. Ayurveda significa, Ciência (veda) da vida (ayur). A medicina ayurvédica é conhecida como a mãe da medicina, pois seus princípios e estudos foram a base para, posteriormente, o desenvolvimento da medicina tradicional chinesa, árabe, romana e grega.

A Ayurveda, como ciência integral, considera que a doença inicia-se muito antes de chegar à fase em que finalmente pode ser percebida. Assim, pequenos desequilíbrios tendem a aumentar com o passar do tempo, se não forem corrigidos, originando a enfermidade muito antes de podermos percebê-la. (fonte: wikipédia)

## DESTINATÁRIOS:

Todas as pessoas com interesse na área

## LOCAL:

PORTO - Rua Sá da Bandeira, 766, 1º Esq.

## OBJETIVOS:

No final da formação os formandos deverão ser capazes de aplicar toda a sequência geral da Massagem Ayurvédica Terapêutica, com utilização das manobras especiais com os pés e aplicação de tracções e alongamentos e reconhecer os seus benefícios/contraindicações, circuitos energéticos, toques e outras potencialidades da massagem.

## CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

- História da massagem ayurvédica/ medicina ayurvédica
- Benefícios/indicações terapêuticas e contra indicações da massagem ayurvédica
- Os circuitos de energia na massagem ayurvédica
- Breve abordagem ao sistema esquelético, muscular, circulatório e linfático
- Introdução Geral à Ayurveda, os 5 elementos, os doshas - Vata, Pitta e Kapha
- Breve abordagem aos chakras e pontos marma
- Óleos ayurvédicos e aromaterapia adequada a cada dosha e desequilíbrio
- Os diferentes tipos de toque
- Os métodos de diagnóstico (questionários, pulso, língua, olhos, unhas)
- A energia entre terapeuta e receptor
- Aplicar toda a sequência geral da Massagem Ayurvédica Terapêutica, com utilização das manobras especiais com os pés e aplicação de tracções e alongamentos

## DURAÇÃO E HORÁRIO:

30 horas. Sábados das 10 às 13 e das 14 às 17 horas

## CALENDARIZAÇÃO:

Dias 18 de Fevereiro, 3 e 17 de Março, 21 de Abril e 5 de Maio de 2012.

**PREÇO:** 210 €

## CERTIFICAÇÃO:

No final da ação os formandos terão direito a um certificado de formação profissional.

**OBSERVAÇÕES:** Recomenda-se aos formandos que tragam roupa confortável, Bikini e calções (mulheres) ou calções (homens) e uma toalha.

Inscrições online em:

<http://www.i9project.net/insonline.php>

*Inscrições até ao dia 13 de Fevereiro inclusive e válidas após pagamento.*

## I9PROJECT

Rua Sá da Bandeira, 766, 1º Esq.

4000-432 Porto

Tel.: 220933609 / 919404878 (Segunda a sexta-feira das 14 às 19 horas)

[cursos@i9project.net](mailto:cursos@i9project.net)