

Ayurvéda

Deň otvorených dverí

Lighthouseclub Trnava 11.6.2022 od 9,00 -21,00 hod

Registrácia: 0917178999

Registrácia účastníkov v dani od 9,00 -9,30 hod.

Prednášajúci a terapeuti

DR.Divya Chandrakumar Vinodhini: BAMS bakalár Ayurvédскеj medicíny a chirurgie. Ukončené vysokoškolské vzdelanie ukončené promóciou v roku 2011. 6- ročné pracovné skúsenosti v Indii a 5 rokov skúsenosti na Slovensku, v Čechách, v Rakúsku na rôznych klinikách.

Renjith Sasidharan: Ukončené vysokoškolské vzdelanie vo oblasti fyzioterapie, so špecializáciou na tradičnú ayurvédsku marma terapiu. Pracovné skúsenosti od roku 2011. Pracoval 9 rokov ako fyzioterapeut pre Ministerstvo športu Indie. Momentálne spolupracuje ako odborník so športovými klubmi v Dubaji, na Slovensku, v Čechách a Rakúsku.

Ivan Vicen: Ayurvédsky masér

Záujem o život a svoje zdravie som začal spoznávať cez ajurvédu.

Štefi: inštruktorka jógy

Jóga, ktorú cvičím, pochádza od môjho učiteľa Paramhansa Swámi Mahéshvaranandu. Tento druh jógy vychádza z klasickej jógy, ktorá sa už učí niekoľko tisíc rokov najmä v Indii. Ide o jednoduché cviky zamerané na celé telo, dych a myseľ. Cvičenie spevňuje a posilňuje celé telo a je prevenciou pred ťažkosťami s chrbticou. Ide o veľmi jednoduché cvičenia, ktoré zvládnu aj ľudia, ktorý nikdy necvičili, majú problém s pohybovým aparátom alebo si myslia, že nie sú pohybovo zdatný.

Vstupné: 12,- eur celodenný lístok

Marmová terapia (60 minút):50,- eur

Ayurvédska masáž (60 minút):40,- eur

Diagnostika lekárkou (60 minút): 50,- EUR

Počas celého dňa otvorených dverí je možné sa registrovať na marmovú terapiu a ayurvédске masáže na telefónnom čísle: 0917 178 999. Vegetariánsko-vegánska reštaurácia pripraví ayurvédске obedové menu (polievka, hlavné jedlo, dezert, nápoj) v cene 8,50,-

Program dňa:

9,00 - 9,30 Registrácia účastníkov na recepcii

10,00 - 10,30 Objasnenie Abhyangy, ayurvédскеj masáže. Ukážka marmovej terapie na náhodne a dobrovoľne vybranom účastníkovi. Dr. Divya Chandrakumar Vinodhini a Renjith Sasidharan.

10,30 - 11,00 Diskusia k téme ayurvédskych masáží a ich využitiu v procese liečenia a prevencie

11,30 - 12,30 Yoga

12,30 - 13,30 OBED

14,00 - 15,30 Ukážka ayurvédскеj diagnostiky na náhodne a dobrovoľne vybranom posucháčovi v publiku. Prečo je diagnostika potrebná? Dr. Divya Chandrakumar Vinodhini

15,30 - 16,00 Diskusia k téme Ayurvédska diagnostika

16,00 - 17,00 YOGA

17,00 - 18,00 Objasnenie pojmu dóša (Váta, Pitta, Kapha). Odlíšenie toho, čomu veríme a čo je nesprávne pochopené zo skutočnej vedeckej ayurvédскеj medicíny.

18,30 - 19,00 Diskusia s lekárkou na tému základných pojmov ayurvédскеj medicíny.

19,00 - 21,00 Premietanie filmu na tému Ayurvéda a prezentácia výrobkov Everest Ayurvéda