



ISARA

CENTRO DE FORMACIÓN Y  
RECURSOS DE CRECIMIENTO

## PROGRAMA MASAJE AYURVEDA

120H lectivas

- 1.- Introducción Ayurveda
- 2.- Teoría de los tridosha
- 3.- Teoría de los cinco elementos
- 4.- Características constitucionales

Vatta

Pitta

Kapha

- 5.- Función de los tridosha
- 6.- Alimentos para cada constitución
- 7.- Teoría de los puntos marmas
- 8.- Beneficios del masaje Ayurveda
- 9.- Aceites específicos para cada constitución
- 10.-Tipos de masaje
- 11.-Movimientos y preparación para la Abhyangam

### **Objetivo:**

Estudiar la filosofía Ayurvédica y aprender todo lo relacionado con el masaje y los beneficios del masaje en los puntos marmas.

Se realizan prácticas con clientes para consolidar todo lo aprendido y perfeccionar los movimientos.

