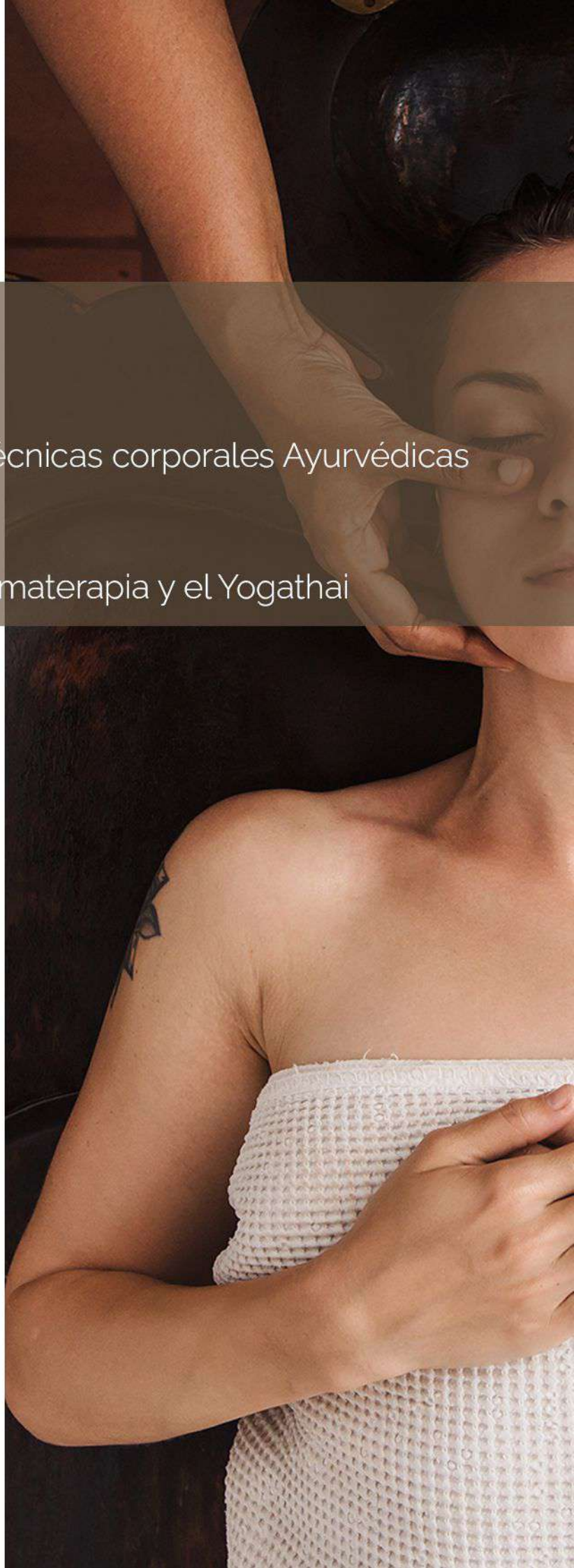
AIYA
Instituto Yoga y Ayurveda

"El Arte del Tacto"
Imparte Pedro Arce Cifuentes

Modulo I
Masaje tradicional Abhyanga y Técnicas corporales Ayurvédicas completarias

Modulo II
Ayurveda desde la asana, la marmaterapia y el Yogathai



¿QUÉ ES EL ARTE DEL TACTO?

Cuando entran en contacto dos cuerpos y una intención, se establece un **vínculo de comunicación**. Esta relación puede abarcar desde el roce más sencillo y casual, hasta convertirlo en un sentimiento profundo, un verdadero arte.

Desde esta perspectiva hemos diseñado la formación **"El arte del tacto"**.

Fruto de la investigación y experiencia de una vida trabajando el cuerpo hemos desarrollado un idioma propio.

Un lenguaje directo y genuino para suavizar e ir abriendo las diferentes capas para llegar al centro del ser. Una formación completa que se distribuye en dos módulos diferenciados y complementarios:

• **Modulo I: "Abhyanga tradicional y técnicas ayurvédicas complementarias"**

Curso que se desarrolla con aceite, tanto en camilla como en asanas en el suelo. Complementado con las mejores técnicas ayurvédicas de trabajo del sur de India, como los bastis, pindas, udvartanam, Shirodhara, cataplasmas, etc...y el trabajo del poderoso masaje con aceite en suelo del kalari payattu.

AIYA

Instituto Yoga y Ayurveda

• Modulo II: "Ayurveda de la asana, la marmaterapia y el Yogathai"

Esta formación se realiza en suelo y sin aceite, estableciendo una relación energética directa y profunda a través de los marmas y la realización pasiva de asanas.
Especialmente indicado para profesores de Yoga u otras disciplinas corporales y energéticas.

OBJETIVOS

-Aprendizaje del lenguaje del cuerpo físico.
-Estudio pormenorizado de las maniobras y protocolos tanto en camilla como en suelo. Manejo de pesos y cuerpos.
Comprensión de cómo funcionan las asanas y como relacionarnos con ellas a través del tacto.
Estudio de anatomía aplicada tanto convencional, como ayurvédica que comprende los subdoshas, nadis y marmas.
-Cuerpo energético: el Viaje interior.

Esta formación es un viaje.

No solo la descripción de maniobras y protocolos, sino una preparación interna. Un cambio de paradigma en la forma de relacionarnos con nosotros para poder inducirlo en los otros. Aprender a generar un mensaje interno, una onda que se propaga a través del medio de los tejidos corporales. Un arte que requiere conocimiento previo de la técnica para luego trascenderla y llenarla de significado propio y genuino.

Modulo I

- **Masaje Tradicional Abhyanga y técnicas Ayurvédicas complementarias** desde el 7 de octubre 2022 al 30 de junio 2023
136 horas de formación.

Modulo II

- **Ayurveda desde la asana, la marmaterapia y el Yoga Thai_** próxima promoción octubre 2023

AIYA
Instituto Yoga y Ayurveda

Asignaturas online de la formación

-Asignatura de anatomía disponible en la plataforma para estudiantes de ambos cursos.

- Maniobras de abhyanga y marmas.

PROGRAMA MODULO I

Abhyanga tradicional y técnicas ayurvédicas complementarias

1. Introducción al Ayurveda. Principios fundamentales.
Una introducción a las bases del Ayurveda para poder entender el porque de lo que hacemos.
2. Preparación del terapeuta y del espacio terapéutico.
Predisposión energética y principios biomecánicas para que las maniobras sean efectivas y podamos realizar las técnicas adecuadamente tanto para el paciente, como para el terapeuta.
3. Fisiología básica de la piel.
Descriptiva de la piel como órgano receptor tanto de la técnica como de los principios fitoterapeuticos empleados en la elaboración de los aceites de trabajo.
4. Aceites vegetales y fitoterapia aplicada en Abhyanga.
Tipos de aceites y plantas medicinales más utilizadas para los tratamientos.
5. Técnica ABHYANGA:
Masaje tradicional Ayurveda en el que utilizaremos las mejores técnicas con dedos, manos, antebrazos y codos para las siguientes maniobras.

- a. Maniobras específicas para pie y pierna // decúbito prono
- b. Maniobras específicas para cintura pélvica // decúbito prono
- c. Maniobras especificas para cintura pélvica //lateral
- d. Maniobras específicas para espalda y cuello // decúbito prono
- d. Maniobras específicas para espalda y cuello // posición lateral

AIYA
Instituto Yoga y Ayurveda

- e. Maniobras específicas para pie y pierna // decúbito supino
- f. Maniobras específicas para abdomen y pecho // decúbito supino
- g. Maniobras específicas para brazos y manos // decúbito supino
- h. Maniobras específicas para brazos y manos //posición lateral
- i. Masaje facial
- y. Champi: cabeza y cabello.

6. Masaje fascial profundo.
Diferentes profundidades.
Como arrastrar a través de los tejidos.
Conexiones lejanas en el cuerpo.

7. Trabajo energético del terapeuta
Qué es la fascia y como se trabaja.
Como activar shleshaka kapha para liberar y movilizar los vayus y el prana. La expansión
Como transmitir las sensaciones de expansión al paciente.

8. Masaje kalari tradicional en suelo en las siguientes posiciones
Posiciones naturales prona, supina, lateral, sentado.
Principales asanas de trabajo
Bhujangasana
Balasana
Uttitha hasta padangusthasana
Dandasana
Urdhva hasta vajrasana
Supta baddhakonasana

9 Técnicas complementarias al Abhyanga.

10 Pindas
Elaboración de pintas medicinales

11. Shirodhara.
Aplicación de aceite local en la frente para calmar la mente y los sentidos.

12. Maderoterapia
Uso de maderas y bambú desde el Ayurveda

13. Udvartanam
Técnica de masaje de polvo seco.

AIYA
Instituto Yoga y Ayurveda

14. Catapasmas
Tratamiento en el que usaremos diferentes arcillas con fitoterapia
15. Bastis
Retenciones de aceite caliente en ubicaciones locales externos y marmas.

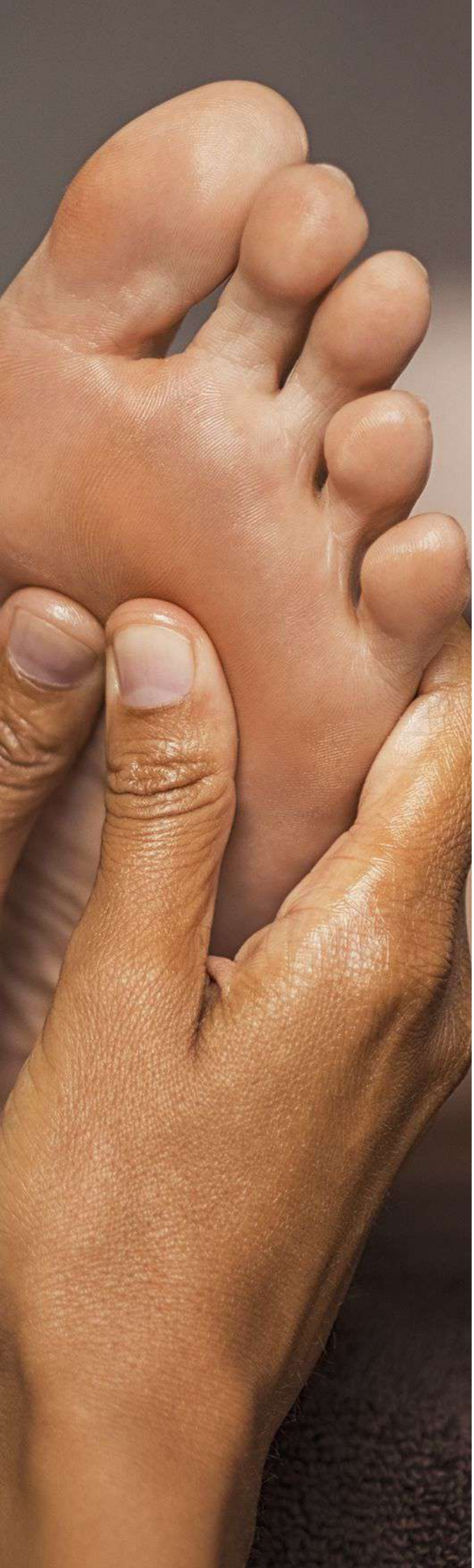
PROGRAMA MODULO II
Ayurveda desde el asana, la marmaterapia avanzada y el Yogathai"

1. Trabajo del Ayurveda en el suelo y el yoga, los orígenes.
Los contrapuestos, del estiramiento y la compresión.
Trabajo activo y pasivo.
Los ciclos de la respiración.
El asana y las estructuras principales del cuerpo.

2. Principales canales y nadis aplicados al masaje
Lineas miofasciales principales.
Comparativa de canales desde diferentes tradiciones como la thai o el shiatsu.
Semejanzas y diferencias con esos sistemas.
Estudio de las diferentes posiciones, supina, prona, lateral, sentada y asanas principales.

3. Marmaterapia
Estudio de los principales marmas corporales y como trabajarlos.
Respiración del marma
Profundidades en el trabajo del marma.

4. Acupresión en las líneas y marmas
Uso de las diferentes "herramientas" corporales, digitopuntura, uso de diferentes partes de la mano como nudillos de diferentes falanges, codos, rodillas y pies.
Instrumentos de madera y bambú aplicados a la acupresión.
Transmisión de ondas internas por percusión.



AIYA
Instituto Yoga y Ayurveda

INSCRIPCIÓN

Modulo I

- **Masaje Tradicional Abhyanga y técnicas Ayurvédicas complementarias**

desde el 7 de octubre 2022 al 30 de junio 2023
136 horas de formación
Modalidad presencial

Para reservar tu plaza es necesario hacer un ingreso de la primera cuota (consulta con nosotros el precio) en la siguiente cuenta:

· Banco Santander: ES81 0049 5984 91 2116068809.
· Concepto: nombre y apellidos + DNI + Abhyanga

El beneficiario es AIYA. La reserva de plaza e inscripción quedarán concluidas con el envío del justificante bancario del pago a info@aiyayurveda.com

AIYA se reserva los derechos de devolución del pago de la matrícula en la cancelación de una reserva de plaza, en cuyo caso, se conservará en depósito el importe recibido para formaciones futuras que el alumno haga con nosotros, incluidas formaciones online.
En el caso de que la formación no se realizará por motivos propios de la escuela, se devolverá íntegramente la reserva hecha por el alumno.

Si te surge alguna duda sobre esta información que te mandamos, por favor, escríbenos a nuestro correo info@aiyayurveda.com o nos puedes llamar al teléfono 640284879.

AIYA

Instituto de Yoga y Ayurveda

www.aiyayurveda.com
Tlf: 640 284 879