



# AIYA

Instituto Yoga y Ayurveda

## Curso de Masaje tradicional Ayurveda\_tecnica Abhyanga 100% ONLINE

### Duración total del curso:

420 minutos de clases en video  
con detalles de cada maniobra, marmaterapia y anatomía involucrada

### Lugar:

en nuestra plataforma online

[www.aiyaonline.com](http://www.aiyaonline.com)

Consulta el archivo adjunto con las instrucciones para matricularte.

Tienes un año para disfrutar de todos los contenidos a partir del día que realizas la inscripción.

### Precio:

Una cuota de 188€

### Imparte:

Pedro Arce Cifuentes

### Manuales:

 más de 260 paginas en color

(material en PDF descargable) con todas las fotografías de cada una de las maniobras, atlas de Marmaterapia y la teoría de introducción al Ayurveda y los aceites

### Titulación:

se entregará un diploma acreditativo al finalizar el curso, certificado por AIYA y APENB (Asociación Profesional Española de Naturopatía y Bioterapia). Titulación privada no reglada, perteneciente al ámbito de las terapias complementarias como Masajista tradicional Ayurveda\_Tecnica Abhyanga online.



## Temario

### MASAJE ABHYANGA

- Masaje general ayurvédico de oleación. (decúbito prono, supino y lateral)
- Shiro Abhyanga (masaje tradicional indio de cabeza)
- Masaje facial ayurvédico

### MARMATERAPIA EN AYURVEDA

- Marmas y centros de prana. Puntos energéticos del yoga y ayurveda.
- Historia de puntos marma.
- Su estudio y localización.
- Como abrir y cerrar los puntos marma.
- Sentir el prana.
- Efectos de cada punto y sus relaciones con los subdoshas
- Diferentes tratamientos de marmaterapia aplicada.
- Práctica y aplicaciones en puntos marma en posiciones supina o boca arriba, prona o boca abajo, decúbito lateral y sedente.
- Marmaterapia por presión, percusiones, etc.



# AIYA

Instituto Yoga y Ayurveda

## ¿Qué es el Masaje Abhyanga?

El Ayurveda concibe como una totalidad el cuerpo, la mente y el espíritu y nos invita a llevar un **estilo de vida** en el que el objetivo final es mantener nuestra **salud física, mental y emocional** en equilibrio. Para ello se sirve de diferentes prácticas y rutinas saludables: principalmente la alimentación, la respiración, el yoga, la fitoterapia y el masaje.

El asesoramiento ayurvédico a base de masajes es mucho más que un medio para relajar los músculos en tensión y calmar la mente (siendo esto en sí mismo ya bastante terapéutico). Es, ante todo, un tratamiento poderoso para equilibrar y estimular los **canales de energía del cuerpo**.

La técnica de masaje Abhyanga es una de las principales herramientas que utiliza el Ayurveda para mantener o restablecer el equilibrio, y nos ayuda a cultivar la conciencia. Para el Ayurveda, el contacto físico nutre la vida tanto como los alimentos. De hecho, en India se practica con regularidad el masaje en el ámbito familiar, en el hogar, entre los miembros de la familia...

La técnica Abhyanga es un masaje que se realiza por todo el cuerpo, acompañado de **aceites vegetales**, muchas veces aceites medicados. Por tanto, con el masaje Abhyanga trabajamos la estimulación de la energía a través de maniobras manuales, a las que se suman las propiedades terapéuticas de los aceites y las plantas empleadas.

Aprenderemos el protocolo completo Abhyanga: masaje integral de pies a cabeza, estudiando detalladamente las diferentes maniobras y toques manuales, principales puntos marma, así como las propiedades de los aceites y plantas más utilizadas.

Tomaremos consciencia de que recibir masaje Abhyanga con **REGULARIDAD** (snehana) es un **acto de amor y sanación** y una forma maravillosa de cuidar de uno mismo y de los demás. Los beneficios que tiene el masaje regular para la salud son profundos a largo plazo.





# AIYA

Instituto de Yoga y Ayurveda

[www.aiyayurveda.com](http://www.aiyayurveda.com)

+34640284879

[info@aiyayurveda.com](mailto:info@aiyayurveda.com)