



AYURVEDISCHE MASSAGE AUSBILDUNG INTENSIV

für Frauen

im Yoga Japa Berlin

27. - 29.3.2026



Abhyanga – Die Kunst der Ayurvedischen Massage

An wen richtet sich die Ayurveda Massage Ausbildung?

- an all die Menschen, die sich dazu berufen fühlen
- an Menschen, die schon mit Massagetechniken arbeiten und ihr Angebot erweitern wollen (z.B. Physiotherapeuten)
- an Menschen, die gerne massieren und auch professionell damit arbeiten wollen

Brauche ich Massagevorkenntnisse?

Nein, nur die Bereitschaft eine neue Erfahrung zu machen. Es handelt sich um eine umfassende, zertifizierte Ausbildung, keine Fortbildung. Nach dieser Ausbildung wirst Du in der Lage sein, die komplette Ayurvedische Ganzkörpermassage (Abhyanga) zu geben.

Gibt es ein Zertifikat?

Ja, es gibt ein Zertifikat des Yoga Japa über die Teilnahme, den Umfang und den Inhalt der Ausbildung. Du kannst damit andere Menschen professionell in der ayurvedischen Tradition massieren und so zu mehr Entspannung und Wohlbefinden beitragen.



Inhalte & Struktur der Ayurveda Massage Ausbildung

Freitag, Samstag & Sonntag jeweils 9:00 – 17:00 Uhr

In der **Ayurveda-Massage-Ausbildung** erlernst du die Grundlagen und weiterführende Techniken der klassischen ayurvedischen Massagetechniken Abhyanga (Ölmassage).

Die Ausbildungswochenenden können einzeln oder zusammen gebucht werden. Abhyanga I & II müssen in dieser Reihenfolge belegt werden, da sie aufeinander aufbauen. Das Aufbaumodul Schwangeren- und Wochenbettmassage kann optional extra gebucht werden.

Für das Aufbaumodul Wochenende Ayurvedische Schwangeren- und Wochenbettmassage ist die Belegung von Abhyanga I & II als Grundlage sehr empfehlenswert.

Abhyanga I - Grundlagen der ayurvedischen Ganzkörpermassage

Inhalte:

- theoretische Grundlagen des Ayurveda
- Bestimmung des Konstitutionstyps nach den 3 Doshas: Vata, Pitta, Kapha
- konstitutionsgerechte Auswahl & Mischung der Massageöle & ihre Wirkung
- Kontraindikationen und die richtige Auswahl der Behandlungsweise
- Vorbereitung des Raumes & der Liege
- Vor- und Nachbetreuung des Klienten
- ausführliche Praxis des gesamten Ablaufs der Abhyanga
- Geben & Empfangen der ayurvedischen Ganzkörpermassage
- Optimierung der eigenen Körperhaltung
- erfolgreiche Gesprächsführung im Vor- und Nachgespräch
- Energetischer Selbstschutz

Nach diesem Grundlagenseminar wirst Du selbständig Abhyangas durchführen können. Neben einem fundierten Theorieteil wirst Du ausreichend Zeit & Gelegenheit haben, um zu **massieren und natürlich auch massiert zu werden**. So kannst Du die Wirkung der Ayurveda Massage aus verschiedenen Perspektiven kennenlernen und selber Feedback geben.

Abhyanga II - Aufbauseminar der ayurvedischen Ganzkörpermassage

Vorraussetzung: Teilnahme an Abhyanga I - Grundlagen der ayurvedischen Massage.

Inhalte:

- Fokus auf Teilkörpermassagen
- Kopf / Gesicht (Shiro & Mukhabhyanga) & Rücken intensiv (Pristabhyanga)
- Verfeinerung & Vertiefung durch weitere Griffe, Techniken und Details der Abhyanga
- effektives Zeitmanagement
- Erlernen der ayurvedischen Kopf- und Gesichtsmassage (Shiro- und Mukhabhyanga)
- professionelle Haltung & Kommunikation

Dies wird Deine Massagepraxis bereichern und vertiefen und bietet Dir mehr individuelle Gestaltungs- und Angebotsmöglichkeiten für Deine Massageklienten.

Termine Ayurveda Massage Ausbildung

27. - 29.3.2026 | Abhyanga I & II – Grundlagen & Aufbauseminar der Ayurvedischen Massage

Ausbildungszeiten

Jeden Tag von 9 - 17 Uhr (inklusive Mittagspause)

Die Organisation der Mittagsmahlzeit wird vorher mit allen Teilnehmern abgesprochen.

Aufbaumodule auf Anfrage:

Matru Upacharya - Ayurvedische Schwangeren- und Wochenbettmassage

Padabhyanga – Ayurvedische Fußmassage

Shantala – Babymassage nach Leboyer

Ausbildungsleitung

Janin (Paramjeet Kaur)

Gründerin & Leiterin von Yoga Japa

- Kundalini Yogalehrerin & Schwangerenyogalehrerin (KRI)
- Doula – Ganzheitliche Geburtsbegleiterin (KRI)
- Ayurvedatherapeutin & Gesundheitsberaterin (Sonne und Mond)
- Ayurveda Massagetherapeutin (Ayurveda Institut Sundari)



„Mein besonderes Anliegen ist es, Frauen in ihrer Selbstbestimmung zu unterstützen, auf ihrem eigenen Weg ganzheitlich zu begleiten & den Glauben an ihre natürliche Kraft zu stärken.“



Teilnahmegebühr

479 Euro, alle Preise inkl. MwSt. und Material:

- Handtücher
- Ayurvedische Kräuteröle
- Skript
- Tee & Snacks
- Zertifikat

Die Teilnahmegebühr ist jeweils vorab in voller Höhe zu überweisen. Ratenzahlung ist ggf. per SEPA-Lastschrift möglich, jedoch nicht über das Ende der Ausbildung hinaus. Sprich uns gerne an, wenn das für dich in Frage kommt.

BANKVERBINDUNG

Yoga Japa GbR - Schule für bewusstes Leben

IBAN: DE09 4306 0967 1214 3228 01

Betreff: Ayurveda Massage Ausbildung 2023 & Mein Name

AUSBILDUNGsort

Yoga Japa - Schule für bewusstes Leben
Hönower Str. 33,
10318 Berlin Karlshorst

KONTAKT

Paramjeet Singh Khalsa

info@yogajapa.com

0151 / 55 64 88 22

www.yogajapa.com

Bitte mitbringen und beachten

Bringe bitte eine Kopfbedeckung für den Weg nach Hause mit, da die Kopfhaut mit Öl sehr viel empfindlicher auf Luftzug reagiert, möglichst ein Stück Stoff, das ölig werden darf.

ANMELDUNG FÜR DIE AYURVEDA MASSAGE AUSBILDUNG

Hiermit melde ich mich für die oben beschriebene Ayurveda Massage Ausbildung an.

Bitte vollständig ausfüllen

Name	Vorname	Geburtsdatum
Anschrift		PLZ / Ort
Telefon	Email	

ZAHLUNGSWEISE (bitte ankreuzen)

- ☐ Abhyanga I & II 479 € ☐ Schwangeren und Rückbildungsmassage
☐ Padabhyanga

HAFTUNGSAUSSCHLUSS

Nach bestem Wissen und Gewissen gibt es weder körperliche noch geistig-seelische oder medizinische Gründe, diese Ausbildung nicht zu absolvieren. Ich verstehe, dass die Lehren keinen Ersatz für medizinischen oder therapeutischen Rat darstellen.

STORNIERUNGSBESTIMMUNGEN

- 1) Stornierung bis 8 Wochen vor Ausbildungsbeginn. 100 % Erstattung der Ausbildungsgebühr abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 85 €.
- 2) Stornierung bis 6 Wochen vor Ausbildungsbeginn. 75 % Erstattung der Ausbildungsgebühr abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 85 €.
- 3) Stornierung bis 4 Wochen vor Ausbildungsbeginn. 50 % Erstattung der Ausbildungsgebühr abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 85 €.
- 4) Stornierung bis 2 Wochen vor Ausbildungsbeginn. Keine Rückerstattung, es sei denn eine vollzahlende Ersatzperson wird gestellt.

Datum, Unterschrift