



Ayurveda Workshop 14 september - Helhetsakademin, 550kr

Program 10:00-15:00

- Ayurveda och dess historia
- Hur Ayurveda används idag
- De tre psyko-fysiska konstitutionerna Vata, Pitta och Kapha
- Vad får doshorna ur obalans
- Vad får doshorna i balans
- Ayurvedatest
- Agni, matsmältningsselden
- Ama, slagg och hur det bildas
- Hunger och mättnadskänsla
- Prakriti och Vikriti
- Pragyaparadh – orsak till sjukdom
- Läkning och balans med hjälp av dagliga rutiner



SCHINKLER
LIFE & BUSINESS MANAGEMENT