

## NEXENHOF WORKSHOPS 2022

### GRUNDLAGEN AYURVEDISCHER PHYTOTHERAPIE

---

26.03. – 27.03.2022

Beginn: 10.00 Uhr / Ende: ca. 14.00 Uhr

Einführung in die Grundlagen der ayurvedischen Phytotherapie, der Nutzung von Pflanzen und Kräutern sowie deren Verarbeitung.

Wesentlich für das Verständnis der ayurvedischen Pflanzenkunde sind die 20 Guna-s (übersetzt Qualität, Charakteristikum oder Eigenschaft), da wir unsere Umwelt wie uns selbst über Eigenschaften begreifen und verstehen. So beschreiben wir beispielsweise die Haut als glatt, weich, ölig oder als rau, verhärtet und trocken. Im Ayurveda zeigen diese Qualitäten an welches Dosha im Körper vorherrscht und dementsprechend können Maßnahmen gesetzt werden, denn: Gleiches erhöht Gleiches und Gegensätzliches reduziert!

Das Wissen um die Eigenschaften spielt daher auch in der ayurvedischen Phytotherapie eine tragende Rolle und ist gemeinsam mit den Geschmäckern DAS Klassifizierungsmerkmal.

Lerne in diesem Workshop wie du die Qualitäten und Geschmäcker der Pflanzen und Kräuter in deinem Alltag nutzen kannst und so mehr Balance und Gesundheit in dein Leben bringst.

#### Zielgruppe

Alle, die ihr Wissen über Ayurveda vertiefen wollen

Ernährungsberater\*innen, Diätolog\*innen

Köch\*innen

Pharmazeut\*innen und PKA's

Ayurveda Wohlfühlpraktiker\*innen

Anrechenbar als Teil der Ayurveda Ausbildung zum/r WohlfühlpraktikerIn\*

#### Voraussetzung

Vorwissen zu den Grundlagen des Ayurveda (Elemente, Dosha-s)

#### Inhalte

- Einführung in die ayurvedische Pharmakologie (Dravyaguna)
- Rasa-s: Die sechs Geschmäcker
- Bedeutung von Virya (Potenz) und vipaka (Effekt)
- Guna-s: Die zwanzig Eigenschaften
- Praxisbeispiele: Triphala, Trikatu, Hingvashtak, Avipattikar

**Kosten** (inkl. 20 % MwSt.)

Mitglieder 246 € / Nichtmitglieder 294 €

## Leitung

Britta Herrmann

## Ort

Ayurveda Verein Nexenhof

## Anmeldung

Anmeldeformular, telefonisch oder per Email an den Nexenhof

+43(0)2951-2813 | +43(0)676-7372446 | nexenhof@ayurveda-verein.at

Die Anmeldung ist unbedingt erforderlich und verbindlich.

Die Seminare finden ab 5 Teilnehmer\*innen.

Es gelten unsere üblichen Teilnahme- und Stornobedingungen.

\*für die Ausbildung zur/m Ayurveda WohlfühlpraktikerIn sind folgende UE anrechenbar:

16 UE à 50 Minuten: Ayurveda Theorie: Grundlagen von Ayurveda (4 UE), Ayurvedische Kräuterkunde (9 UE) Produktkunde (3UE)

**Ayurveda-Verein Nexenhof, 2041 Grund 100**

Tel/Fax: +43(0)2951-2813/10, Mobil +43(0)676-7372446 |  
nexenhof@ayurveda-verein.at, www.ayurveda-verein.at,

ZVR: 662051829, ATU 65397233

IBAN: AT84 2011 1805 2532 3100, SWIFT/BIC CODE: GIBAATWWXXX