

MILANO
CORSO DI MASSAGGIO AYURVEDICO



L'India ha sviluppato una millenaria tradizione di cura dell'uomo conosciuta come Ayurveda – conoscenza della vita – al fine di mantenere l'essere umano in un costante ed equilibrato stato di salute.

Al suo interno sono nate diverse pratiche corporee volte a conservare o ripristinare l'equilibrio psicofisico.

L'approccio ayurvedico nella sua essenzialità è preventivo, si pone come obiettivo quello di accudire le sottili condizioni di instabilità e malessere che possono provocare un disequilibrio.

Scopo dei trattamenti è quello di portare i riceventi a uno stato di pace interiore in associazione ad una buona salute del corpo.

Abhyangam
14/15 febbraio; 07/08 marzo 2026

2 week-end per apprendere una delle sequenze più conosciute del massaggio ayurvedico: con i suoi gesti ritmati, dolci o intensi, distende i tessuti in profondità, agendo su muscoli e tendini, mobilizzando le articolazioni; le circolazioni interne si riattivano e stimolano le energie sottili a riequilibrarsi, la mente si pacifica e si fa più lucida.

Un momento di profondo contatto, il corpo si distende, respira, si espande e si rivitalizza, la mente si rasserenava.

Perfezionamento
28/29 marzo 2026

Un week-end di approfondimento delle sequenze di massaggio e della personalizzazione dei trattamenti; consigli sulla postura e sull'attitudine dell'operatore.

Al fine di personalizzare il trattamento ci baseremo sulla teoria dei dosha, che fornisce una chiave di lettura degli aspetti psicofisici della persona da trattare.



I conduttori saranno: Enrica Dubini & Omar Galimberti, insegnanti di Discipline Bio-Naturali, esperti in discipline olistiche, da trent'anni si occupano di "Integrazione Somato-Funzionale" per un approccio al benessere a tutto tondo.

Per informazioni e iscrizioni:
Enrica 335.66.39.834
Omar 334.14.28.063