



PIYUSH MITTAL
NIRMALA.PL

Brak ocen dla tego dostawcy

Kurs Terapeuta Ajurwedy z masażami i zabiegami ajurwedy

Numer usługi 2026/01/09/194376/3246919

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 50 h

📅 29.01.2026 do 08.03.2026

5 840,00 PLN brutto

4 747,97 PLN netto

116,80 PLN brutto/h

94,96 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Grupa docelowa usługi

Grupa docelowa kursu na terapeutę ajurwedy to mieszanka osób pragnących rozwoju osobistego (zainteresowanych zdrowiem, jogą, duchowością, holistyką) oraz specjalistów z branży prozdrowotnej (dietetycy, masażyści, fizjoterapeuci, kosmetolodzy, instruktorzy jogi), którzy chcą poszerzyć swoje kompetencje o ajurwedyjskie techniki wspierające metabolizm, równowagę hormonalną i dobrostan klienta.

Minimalna liczba uczestników

4

Maksymalna liczba uczestników

18

Data zakończenia rekrutacji

27-01-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

50

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Dogłębne poznanie teorii pięciu żywiołów, trzech dosz (Vata, Pitta, Kapha) oraz znaczenia ognia trawiennego (Agni) i toksyn (Ama). Umiejętność tworzenia indywidualnych planów żywieniowych, ziołolecznictwa oraz rekomendowania zabiegów (masażów, oczyszczania) i praktyk (medytacja, joga). Opanowanie technik masażu ajurwedyjskich (Abhyanga, Shirodhara) i zabiegów oczyszczających.

Przygotowanie do szerzenia wiedzy o ajurwedzie i promowania świadomego, harmonijnego stylu życia.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Ukończenie szkolenia na terapeutę ajurwedy pozwala na praktyczne stosowanie starożytnej wiedzy do harmonizacji ciała i umysłu, co przekłada się na umiejętność diagnozowania nierównowagi dosz, dobierania indywidualnych diet, ziół i rytuałów, przeprowadzania masaży. Bycie przewodnikiem, który pomaga innym osiągnąć równowagę i zdrowie poprzez indywidualnie dopasowane strategie, dostosowane do współczesnego życia.	Umiećnie wykonać masaże i zabiegi ajurwedyjskie. Poprawnie dobierania masaże dla danego człowieka i promowania świadomego i harmonijnego stylu życia w zgodzie z naturą.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

1. Podstawy Ajurwedy

- Historia i filozofia Ajurwedy
- Ajurweda jako system medycyny holistycznej
- Koncepcja pięciu żywiołów (*Pancha Mahabhuta*)
- Trzy dosze: **Vata**, **Pitta**, **Kapha** – charakterystyka i funkcje
- Prakriti (konstytucja) i Vikriti (nierównowaga)

1. Anatomia i fizjologia ajurwedyjska

- Dhatu (tkanki ciała)
- Mala (produkty przemiany materii)
- Agni – ogień trawienny (rodzaje i zaburzenia)

- Srotas – kanały energetyczno-metaboliczne
- Ojas, Tejas, Prana – esencje życia

1. Fitoterapia ajurwedyjska

- Podstawowe zioła ajurwedyjskie
- Formy preparatów: oleje i masła
- Bezpieczeństwo i przeciwwskazania
- Indywidualny dobór ziół

1. Terapie manualne i zabiegi

- Abhyanga (masaż olejowy - Głowy, twarzy, stóp, pleców)
- Udvartana (masaż proszkowy)
- Shirodhara
- Pinda Sweda, Basti – wprowadzenie
- Wskazania i przeciwwskazania

1. Panchakarma – podstawy

- Cel i filozofia oczyszczania
- Etapy: Purva Karma, Pradhana Karma, Paschat Karma
- Rola terapeuty w procesie Panchakarmy
- Ograniczenia terapeutyczne (kiedy kierować do lekarza)

1. Styl życia i profilaktyka

- Dinacharya (codzienna rutyna)
- Ritucharya (rutyna sezonowa)
- Ajurwedyjskie podejście do snu, pracy, stresu

1. Etyka i praktyka zawodowa

- Kompetencje terapeuty ajurwedy
- Granice pracy (współpraca z medycyną konwencjonalną)
- Etyka, poufność, odpowiedzialność
- Prowadzenie dokumentacji klienta

1. Praktyka kliniczna

- Studium przypadków
- Praca z klientem pod superwizją
- Opracowywanie indywidualnych planów terapeutycznych
- Egzamin teoretyczny i praktyczny

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 8

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 8 Podstawy Ajurwedy, Masaż głowy, twarzy	Ritu Agarwal	29-01-2026	10:00	17:00	07:00
2 z 8 Podstawy ajurwedy-Abhyanga	Ritu Agarwal	30-01-2026	10:00	17:00	07:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 8 Anatomia i fizjologia ajurwedyjska- masaż pleców i stóp	Ritu Agarwal	31-01-2026	10:00	17:00	07:00
4 z 8 Praktyka Masaże	Ritu Agarwal	01-02-2026	10:00	14:00	04:00
5 z 8 Fitoterapia ajurwedyjska-udwartan i Shirodhara	Ritu Agarwal	05-03-2026	10:00	17:00	07:00
6 z 8 Panchakarma – podstawy/ Pinda Sweda	Ritu Agarwal	06-03-2026	10:00	17:00	07:00
7 z 8 Styl życia i profilaktyka/Bast i,Nasya	Ritu Agarwal	07-03-2026	10:00	17:00	07:00
8 z 8 Etyka i Praktyka kliniczna i Zawodowa	Ritu Agarwal	08-03-2026	10:00	14:00	04:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 840,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 747,97 PLN
Koszt osobogodziny brutto	116,80 PLN
Koszt osobogodziny netto	94,96 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Ritu Agarwal

Ritu Agarwal to dyplomowana terapeutka ajurwedy, technik usług kosmetycznych oraz nauczycielka jogi, od wielu lat mieszkająca i pracująca w Polsce. Swoją wiedzę zdobywała m.in. w Indiach, gdzie ukończyła specjalistyczne szkolenia z zakresu ajurwedy w tradycyjnych ośrodkach w Kerali (Ayurvedic Health Care). W swojej pracy łączy klasyczne podejście ajurwedy z praktycznym, współczesnym rozumieniem zdrowia i dobrostanu.

W Polsce prowadzi działalność terapeutyczną i edukacyjną, oferując konsultacje ajurwedyjskie, zabiegi oraz masaże ajurwedyjskie we własnym salonie ajurwedyjskim „Ayurveda na Urodę”, który prowadzi od ponad 15 lat. Wspiera osoby pragnące poprawić jakość życia poprzez odpowiednio dobraną dietę, styl życia oraz świadomą pracę z ciałem. Prowadzi również zajęcia jogi oraz warsztaty rozwojowe.

Ritu Agarwal współtworzy Instytut Jogi i Ajurwedy Nirmala.pl, gdzie jest zaangażowana w kształcenie przyszłych konsultantów i terapeutów ajurwedy. Prowadzi kursy zawodowe, szkolenia oraz warsztaty tematyczne z zakresu ajurwedy, zdrowego stylu życia oraz kuchni ajurwedyjskiej.

Jest autorką książki wegetariańskiej kuchni indyjskiej „Kurkuma – smaki Indii”, w której dzieli się przepisami inspirowanymi tradycyjną kuchnią Indii oraz zasadami ajurwedy.

Ukończyła kurs kompetencji ogólnej "Nauczania języka polskiego jako obcego" prowadzony przez Studium Prawa Europejskiego w Warszawie.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik podczas zajęcia utrzyma

Materiał w formie drukowanym

Szłafork

Kapcie

Zapewniamy Ręczniki, Oleje do masażu do praktyki

Adres

Wrocław 117

50-442 Wrocław

woj. dolnośląskie

Miejsce zajęć we Wrocławiu

Instytut Jogi i Ajurwedy NIRMALA.PL

ul. Kościuszki 117

Wrocław

Nirmala.pl

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Ritu Agarwal

E-mail rituaga19@gmail.com

Telefon (+48) 500 096 021