



PIYUSH MITTAL
NIRMALA.PL

Brak ocen dla tego dostawcy

Certyfikowany Kurs Terapeuta Ajurwedy IV Edycja

Numer usługi 2026/04/09/194376/3476020

📍 Wrocław

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 50:00 h

📅 30.07.2026 do 06.09.2026

5 840,00 PLN brutto

4 747,97 PLN netto

116,80 PLN brutto/h

94,96 PLN netto/h

183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do następujących grup odbiorców:

- terapeutów ajurwedyjskich pragnących poszerzyć i usystematyzować kompetencje w zakresie masażu i zabiegów terapeutycznych;
- fizjoterapeutów i masażyistów chcących wzbogacić swoją ofertę o ajurwedyjskie techniki pracy z ciałem;
- kosmetologów i techników usług kosmetycznych zainteresowanych holistycznym podejściem do pielęgnacji i zdrowia klienta;
- nauczycieli jogi i instruktorów aktywności fizycznej, dla których ajurweda stanowi naturalne uzupełnienie pracy z ciałem i umysłem;
- naturoterapeutów oraz specjalistów branży wellness pragnących poszerzyć ofertę o zabiegi ajurwedyjskie;
- wszystkich osób zainteresowanych świadomym podejściem do zdrowia własnego i swoich bliskich, chcących wprowadzić techniki ajurwedyjskie do codziennego życia.

Nie jest wymagana wcześniejsza wiedza z zakresu ajurwedy. Kurs łączy wprowadzenie teoretyczne z intensywną praktyką.

Minimalna liczba uczestników

4

Maksymalna liczba uczestników

18

Data zakończenia rekrutacji

25-07-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

50

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
Samodzielnie wykonuje ajurwedyjskie masaże olejowe: Abhyanga (całe ciało), Shiroabhyanga (głowa), Mukhabhyanga (twarz), Padabhyanga (stopy), Katiabhyanga (plecy).	Prawidłowo przeprowadza masaż na modelu zachowując właściwą technikę, sekwencję, dobór oleju i czas trwania.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Wykonuje zabiegi ajurwedyjskie: Shirodhara, Udwartanam (masaż proszkiem ziołowym), Pottali (stemple ziołowe), Basti (Kati, Greeva, Janu, Uro, Netra), Nasya, Karnapurna.	Samodzielnie przygotowuje stanowisko i materiały, wykonuje zabieg zgodnie z procedurą, stosuje wskazania i przeciwwskazania.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Dobiera technikę masażu lub zabieg do potrzeb i stanu klienta.	Przeprowadza krótki wywiad z klientem i na jego podstawie wskazuje właściwe techniki z uzasadnieniem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Opisuje podstawy filozoficzne ajurwedy: teoria pięciu żywiołów (Pancha Mahabhuta), trzy dosze (Vata, Pitta, Kapha), ogień trawienny (Agni), toksyny (Ama).	Definiuje pojęcia i wyjaśnia ich praktyczne znaczenie w kontekście doboru technik terapeutycznych.	Test teoretyczny
Stosuje zasady bezpieczeństwa, zachowuje higienę pracy i prowadzi dokumentację klienta.	Prawidłowo wykonuje czynności przygotowawcze i podsumowujące sesję, potrafi wskazać przeciwwskazania bezwzględne.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają 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 pozycji harmonogramu: 9

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 Wstęp do Ajurwedy – teoria pięciu żywiołów, dosze, Agni, Ama; masaż głowy i twarzy (Shiroabhyanga, Mukhabhyanga)	Ritu Agarwal	30-07-2026	10:00	17:00	07:00
2 z 9 Anatomia i fizjologia Ajurwedyjska - Masaż całego ciała Abhyanga – technika, sekwencja, dobór oleju	Ritu Agarwal	31-07-2026	10:00	17:00	07:00
3 z 9 Fitoterapia Ajurwedyjska - Masaż stóp Padabhyanga i masaż pleców Katiabhyanga; Udwartanam – masaż proszkiem ziołowym	Ritu Agarwal	01-08-2026	10:00	17:00	07:00
4 z 9 Shirodhara – olejowy masaż "trzeciego oka"; wskazania i przeciwwskazania; praktyka	Ritu Agarwal	02-08-2026	10:00	14:00	04:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 9 Panchkarma i podstawy - Masaż ze stemplami ziołowymi Pottali – przygotowanie i technika wykonania	Ritu Agarwal	03-09-2026	10:00	17:00	07:00
6 z 9 Styl życia i profilaktyka - Zabiegi Basti: Kati Basti (kręgosłup lędźwiowy), Greeva Basti (kark), Janu Basti (kolana), Uro Basti (klatka piersiowa), Netra Basti (oczy)	Ritu Agarwal	04-09-2026	10:00	17:00	07:00
7 z 9 Etyka i praktyka zawodowa - Nasya (zabiegi na zatoki i drogi oddechowe), Karnapura (zabiegi na uszy); praktyka własna uczestników	Ritu Agarwal	05-09-2026	10:00	17:00	07:00
8 z 9 Praktyka kompleksowa – przeprowadzenie pełnej sesji terapeutycznej łączącej wszystkie poznane techniki	Ritu Agarwal	06-09-2026	10:00	12:00	02:00
9 z 9 Walidacja – egzamin praktyczny (obserwacja wykonania technik) oraz test teoretyczny; omówienie wyników; wręczenie certyfikatów Terapeuty Ajurwedy	-	06-09-2026	12:00	14:00	02:00

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania ze zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

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

MATERIAŁY DLA UCZESTNIKÓW

Podczas zajęć każdy uczestnik otrzymuje:

- materiały dydaktyczne w formie drukowanej;
- szlafrok i kapcie do użytku w czasie zajęć;
- ręczniki do zajęć praktycznych;
- oleje ajurwedyjskie i wszystkie produkty wykorzystywane w trakcie zabiegów (zapewnione przez organizatora);
- codzienny dostęp do kawy, herbaty, wody i owoców.

Informacje dodatkowe

WERYFIKACJA WYNIKÓW KSZTAŁCENIA

Weryfikacja efektów kształcenia odbywa się poprzez:

- egzamin praktyczny – uczestnik samodzielnie przeprowadza wybrane techniki masażu i zabiegów ajurwedyjskich na modelu, oceniane są: prawidłowość techniki, sekwencja, dobór materiałów, bezpieczeństwo i komunikacja z klientem;
- test teoretyczny – sprawdzający znajomość podstaw ajurwedy (dosze, żywioły, wskazania i przeciwwskazania poszczególnych technik).

Walidację przeprowadza Piyush Mittal – osoba niezaangażowana w prowadzenie zajęć dydaktycznych, co zapewnia rozdzielenie procesu kształcenia od walidacji.

DOKUMENTY UZYSKANE PO UKOŃCZENIU KURSU

Po pomyślnym zaliczeniu egzaminu uczestnik otrzymuje:

- Certyfikat Terapeuty Ajurwedy wydany przez NIRMALA Instytut Jogi i Ajurwedy, uprawniający do wykonywania zawodu terapeuty ajurwedyjskiego.

Instytut Jogi i Ajurwedy Nirmala.pl jest wpisany do Rejestru Instytucji Szkoleniowych prowadzonego przez Wojewódzki Urząd Pracy pod nr 2.02/00204/2021. Certyfikat zawiera

Adres

ul. Tadeusza Kościuszki 117/5U
50-442 Wrocław
woj. dolnośląskie

Miejsce zajęć we Wrocławiu

Instytut Jogi i Ajurwedy NIRMALA.PL
ul. Tadeusza Kościuszki 117/5U
Wrocław
Nirmala.pl

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Ritu Agarwal

E-mail rituaga19@gmail.com

Telefon (+48) 500 096 021