

Scopri,
innamorati,
studia
l'Ayurveda
per imparare
a vivere
in equilibrio
e armonia.



IL SETTIMO
CHAKRA

Medicina Naturale

Per Info:

Via Puricelli Guerra 4
20099 Sesto S. Giovanni
Milano
02 24308433 - 3386314635

info@ilsettimochakra.com
www.ilsettimochakra.com



Scuola di
Ayurveda

DIVENTA OPERATORE
AYURVEDICO DI 1°/2° LIVELLO

La Fondatrice

Ilaria Gemma è un *Terapista Ayurvedico* e *Naturopata* con oltre vent'anni di esperienza nel mondo del benessere. Appassionata da sempre di salute e i rimedi naturali si dedica al benessere olistico, dove la mente, il corpo e lo spirito si fondono in armonia.

Ama la natura in tutte le sue meravigliose manifestazioni. Questo amore per la natura si riflette quotidianamente nel suo lavoro.

Nel 2019 ha compiuto una scelta significativa: ha iniziato ad insegnare Ayurveda. La ragione è semplice e dice: << Amo questa disciplina. La considero un potente strumento per il benessere, un sistema ricco di insegnamenti spirituali che leniscono l'animo e curano il corpo. L'Ayurveda è molto più di una pratica, è un percorso verso la conoscenza di sé e la realizzazione dell'equilibrio interiore.>>



Obiettivi del Corso

- 1. Formare Operatori Esperti:** acquisire una conoscenza approfondita dei principi e delle pratiche ayurvediche, nonché delle tecniche di massaggio.
- 2. Promuovere il Benessere:** diffondere la conoscenza dell'ayurveda come un sistema di cura preventiva olistica.
- 3. Rispettare la Tradizione Ayurvedica:** preservare la tradizione ayurvedica, per garantire che le pratiche siano autentiche e rispettose delle radici culturali.
- 4. Personalizzare il trattamento:** saper valutare l'esigenza del cliente e saper creare piani di intervento personalizzati.
- 5. Sviluppare abilità terapeutiche:** Saper eseguire in modo preciso efficace e sicuro un trattamento, che migliorerà la salute dei propri clienti.

1° ANNO PROGRAMMA

- **28/29 Ottobre** "Storia dell'Ayurveda e Origini della medicina - La visione Olistica e i Dosha"
- **25/26 Novembre** *Con Amadio Bianchi:* "Trattamento delle Malattie Comuni con l'Ayurveda e Lo Yoga".
- **16/17 Dicembre** "I Dathu, Gli Srotas e Agni"
- **20/21 Gennaio** "Nutrizione e Alimentazione nell'Ayurveda"
- **10/11 Febbraio** *Con Amadio Bianchi:* "Nel respiro, il segreto della vita. Tecniche di pranayama e diagnosi Ayurvedica".
- **23/24 Marzo** "Energia delle Piante Ayurvediche"
- **20/21 Aprile** "La Psicosomatica del corpo - i risvolti psicologici ed emotivi dei disagi e malattie" *con la Dott.ssa Fornari Barbara*
- **11/12 Maggio** "I Chakra e le Nadi"
- **15/16 Giugno** "Gli oli della tradizione Ayurvedica"
- **6/7 Luglio** "L'Ayurveda e le stagioni"
- **21/22 Settembre** "Ayurveda, Yoga e Meditazione: un Legame indissolubile"

2° ANNO PROGRAMMA

- **26 Novembre:** L'Ayurveda spiegata da Amadio Bianchi. "Trattamento delle Malattie Comuni con l'Ayurveda e Lo Yoga"
- **2 Dicembre:** Pinda Sweda e Valuka Pinda
- **3-4 Febbraio:** Terapia dei Marma modulo 1
- **11 Febbraio:** "Nel respiro, il segreto della vita. Tecniche di pranayama e diagnosi Ayurvedica". *Con Amadio Bianchi*
- **9-10 Marzo:** Terapia dei Marma modulo 2
- **6 Aprile:** Muhabyangam il massaggio Ayurvedico al viso con uso di erbe per ogni dosha
- **7 Aprile:** Shiroabyangham: il massaggio alla testa, alle spalle e al collo.
- **21 Aprile** Psicosomatica con la Psicoterapeuta Barbara Fornari

Sono previste 80 ore di tirocinio pratico ed un ESAME FINALE TEORICO PRATICO ai fini del Rilascio dell'Attestato di Operatore Ayurvedico di 1° Livello o 2° Livello. Al termine dei tre anni formativi si rilascerà l'attestato per Operatore Ayurvedico Completo.

COLLABORANO CON NOI



**MAESTRO
AMADIO BIANCHI**



**DOTT.SSA BARBARA FORNARI
PSICOTERAPEUTA**



**MEDICO E
PSICOTERAPEUTA
DOTT. PIETRO FORNARI**



**DOCENTE DI CRISTALLOTERAPIA
NATUROPATIA, ARTISTA
FLAVIA VALLARIN**