

# Terapias de Masaje y Relajación Ayurveda

## Programa del Curso



1. A que llamamos Ayurveda.
2. Objetivo.
3. Características y fundamentos.
4. Concepto tridosha
  - a) Cómo determinar el tipo de dosha.
  - b) Cuestionario.
6. Enfoques ayurvédicos.
  - a) Tratamientos.
  - b) Terapias.
  - c) Alimentación.
  - d) Masaje.
  - e) Yoga.
  - f) Meditación.
7. Masaje Ayurvedico
  - a) Masaje Corporal.
  - c) Masaje Facial.