



 Naturheilkunde

Ayurvedische Ernährungsberatung – Einführung

„Du bist was du isst“ Eine uralte Weisheit, die sich im Ayurveda mehr als in den meisten anderen Lehren niederschlägt und sowohl die körperliche als auch die geistige Verfassung mit einbezieht.

Nach dem Ayurveda gibt es drei verschiedenartige grundlegende „Bioenergien“ – die Doshas – und jeder Mensch hat seine individuelle Zusammensetzung dieser Doshas.

Geraten diese ins Ungleichgewicht, können Krankheiten und psychische Probleme die Folge sein.

Da auch Nahrungsmittel die entsprechenden Bioenergien mitbringen, kann ein Ausgleich über die Ernährung stattfinden und dem Ungleichgewicht entgegenwirken.

Der Ayurveda gibt Orientierung im Dschungel der vielen Ernährungsratschläge, indem er die individuelle Konstitution berücksichtigt. Denn es nützt das gesündeste Nahrungsmittel nichts, wenn es nicht geeignet ist für den, der es isst. Was für den einen Heilmittel ist, ist für den anderen Gift.

Inhalt dieses Kurses sind die Grundlagen der Doshalehre, das Herausfinden der eigenen Konstitution sowie die passende Ernährung, um im Gleichgewicht zu bleiben.

Das Seminar erweitert das Praxisportfolio von Heilpraktiker/innen, -anwärter/innen, Ernährungsberater/innen und ist auch für interessierte Berufsgruppen geeignet.

Termin

Fr, 31.07.2026
09:30–17:30 Uhr

Preis

165,00 €

Online-Seminar

Dieses Seminar findet online statt.

Seminarnummer

SSB111310726

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 01.02.2026

Dozentin

Daniela Seerig

Jg. 1997, verheiratet. Ausbildung als Hotelfachfrau. Begeisterung für die Ernährungslehre und Naturheilkunde. Ausbildung zur Ernährungsberaterin 2019 und 2020 zur Heilpraktikerin.

Im Mai 2023 beendete ich dies erfolgreich und eröffnete im August meine eigene Praxis in Bad Aibling. Zusätzlich arbeite ich als stellvertretend Geschäftsleitung in der Ährensache Naturkost in Bad Aibling. Dadurch kenne ich mich sehr gut mit Lebensmitteln usw aus, was für meine Dozententätigkeit ebenfalls hilfreich ist. Zusätzlich habe ich Ausbildungen in den Bereichen Bachblütentherapie, Aromatherapie, Reflexzonentherapie, Ohrakupunktur, Gemmotherapie und verschiedenen Massagen.