



 Beauty und Wellness

Ayurveda Basics – mit Ayurveda das Wohlbefinden im Alltag stärken

Ayurveda (‘Wissen vom gesunden langen Leben’) ist eine im tiefsten Sinne ganzheitliche Gesundheitsphilosophie, die Körper, Seele und Geist beachtet. Ziel der ayurvedischen Heilkunst ist die Vermeidung von ernsthaften Erkrankungen, den Auslöser von Erkrankungen zu verstehen und ungesunde Angewohnheiten abzustellen.

Inhalte:

- Ayurvedische Gesundheitsphilosophie, Grundlagen
- Konstitutionsbestimmung
- Empfehlungen für die Tagesroutine
- Empfehlungen für die Jahreszeiten
- Empfehlungen je nach Konstitution
- kleine Hausapotheke, Gewürze und ihre ayurvedische Wirkung

Teilnehmer/innen ohne Heilerlaubnis können bei Klient/innen Vitalisierung, innere Reinigung und Entspannung im Präventions- und Wellnessbereich bewirken.

Heilpraktiker/innen und Ärzte/Ärztinnen ergänzen mit der ayurvedischen Medizin ihr therapeutisches Praxisportfolio.

Termin

Sa, 18.04.2026
14:30–17:30 Uhr

Preis

70,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Rostock
Doberaner Str. 114
18057 Rostock
Tel. 0381- 490 91 86

Seminarnummer

SSA02180426

Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 28.02.2026

Dozent

Roman Kupsa

Jg. 1969, ledig. Studium der Systematischen Musikwissenschaften und der Indologie. Aus Interesse zur Naturheilkunde absolvierter er die Ausbildung zum HP. Eigene Praxistätigkeit seit 2011. Zahlreiche Fortbildungen im Bereich Ayurveda (Manualtherapien und Beratungen), Irisdiagnose und Vedische Astrologie. Aktuell befindet sich gerade in der Ausbildung zum Myofascial Release. Seit 2018 arbeitet er erfolgreich als Panchakarma Therapeut in Vollzeit in leitender Funktion im Rundlingsdorf Sagasfeld im Wendland bei Hitzacker.