



 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

Do, 05.11.2026  
14:30–17:30 Uhr

### Preis

70,00 €

### Schule

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

### Seminarnummer

SSH02051126

### 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.