

 Beauty und Wellness

## Abhyanga – ayurvedische Ganzkörpermassage

Die Abhyanga ist eine spezielle Massagetechnik, die bereits in den frühesten vedischen Schriften ca. 5.000 Jahre vor Christus erwähnt wurde. In den Gebieten des Ayurveda, wie Sri Lanka und Indien, ist sie eine reguläre und traditionelle Anwendung und wird auch im familiären Bereich wöchentlich ausgeübt.

Treten Sie ein in die älteste Heilkunst Indiens „Ayurveda = Wissen vom Leben“, die auch im Wellnessbereich mehr und mehr Zustimmung findet.

Einige der Wirkungen der Abhyanga:

- Entspannung des ganzen Körpers
- Physische und psychische Stärke
- Harmonisierung der drei Doshas
- Regeneration und Verjüngung der Gewebe
- Entgiftung des Körpers

Seminarinhalte:

Grundlagen des Ayurveda:

Was sind Doshas?

Ayurvedische Öle und deren Wirkung

Basisgrifftechniken der Abhyanga (sowie Hinweise/Anwendungen für Wellnessbereich)

Einstimmung und Vorbereitung des Kunden

Indikationen und Kontraindikationen

Das Seminarangebot richtet sich insbesondere an alle manuell sowie energetisch arbeitenden Therapeuten/innen aus dem Bereich der Naturheilkunde, Physiotherapie und Wellness. Es sollte daher in keinem Institut für Gesundheit oder Beauty und Wellness fehlen.

Bitte 2 große Badetücher, Laken, gemütliche Kleidung, die auch ölig werden darf, sowie Haargummi und Massageöl (0,5-1 l) mitbringen.

### Termine

Fr, 07.05.2027  
09:00-17:00 Uhr

Sa, 08.05.2027  
09:00-17:00 Uhr

[und 1 mehr](#)

### Preis

410,00 €

### Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule  
Rosenheim  
Münchener Str. 44  
83022 Rosenheim  
Tel. 08031-21 91 24

### Seminarnummer

SSH82010327V3

### Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten  
Erstellt 25.08.2026

Dozentin

### Birgit Wittekopf

Birgit Wittekopf ( 1977 ) 2 Kinder. 2011 absolvierte sie ihre erste Ausbildung zur Yogalehrerin. Nach zahlreichen Weiterbildungen war sie mehrere Jahre als Yogalehrerin für Schwangere sowie postnatal tätig. 2015 begann sie eine Ausbildung in traditionellem Ayurveda und arbeitet seitdem erfolgreich als Ayurveda-Therapeutin, erst in Berlin und seit 2020 in München u. Schliersee. Die Behandlungen von Müttern ( prä - u. postnatal ) sowie die Unterstützung von Frauen ist ihr ein Herzensanliegen. Ihr Angebot ist breit gefächert in traditionellen ayurvedischen Anwendungen und Beratung. Unter anderem ist sie spezialisiert in Saundarya, die ayurvedische Schönheitslehre. Ihre Erfahrung und ihre Begeisterung für Ayurveda führte 2023 dazu ihr Wissen weiter zu geben als Dozentin.