

# AYURVÉDICA

Curso de formação profissional técnica, dotando os formandos de competências para a execução de massagem tradicional ayurvédica.

## CONDIÇÕES DE ACESSO

Idade igual ou superior a 18 anos

## CARGA HORÁRIA TOTAL

Formação: 50 horas

## SAÍDAS PROFISSIONAIS

Técnico de massagem ayurvédica

## DESCRIÇÃO

A massagem Ayurvédica tem uma componente terapêutica, relaxante e energética, o que faz dela uma massagem única com uma sensação indescritível.

É uma massagem vigorosa com uma técnica profunda aplicada a toda a musculatura esquelética. Inclui manobras de tração e alongamento, assim como, estimulação de pontos de órgãos vitais proporcionando o equilíbrio do corpo (auxiliando todos os sistemas de órgãos), um relaxamento e equilíbrio mental.

## ESTRUTURA CURRICULAR

### Fundamentos da Massagem Ayurvédica

- Os Chakras e os circuitos energéticos
- Os 5 elementos
- A Tridocha
- Os Pontos Marma

### Massagem ayurvédica

- Óleos essenciais, vegetais e essências
- Técnicas de preparação: terapeuta, cliente e ambiente
- Alongamentos e manobras
- Sequência

## INCLUI

Manual técnico em formato digital

O formando não terá qualquer custo adicional, estando todos os materiais necessários para a formação, incluídos no valor do curso.

Após a conclusão do curso o formando tem acesso ao certificado de formação profissional emitido pela plataforma SIGO.

## CONDIÇÕES ECONÓMICAS

Inscrição: 135,00 euros

Seguro escolar: 5,00 euros

Mensalidades:

Nº mensalidades: 3

Valor das mensalidades: 105,00 euros

## DOCUMENTOS NECESSÁRIOS

Cartão de Cidadão

## OBSERVAÇÕES

### CEN LISBOA

213 958 860 | 932 487 209  
info.lx@cen.pt

### CEN PORTO

225 366 238 | 933 728 803  
info.pt@cen.pt

### CEN FUNCHAL

291 234 124 | 932 482 530  
info.fu@cen.pt