

# Thai Yoga Massage Ausbildung in Wuppertal (42 h)

Start: 05./06.04.2025



Eine solide und gut strukturierte Thai Yoga Massage Ausbildung über 3,5 Wochenenden mit 42 Stunden.

Durchgeführt von Gundi Nowak, erfahrene Ausbilderin für Thai Yoga Massage, Yogalehrerin und Ayurveda Gesundheitsberaterin.

**Ort: Silva-Yoga in Wuppertal // Friedrich-Ebert-Str. 89**

**Kosten: 675 € / 599 € Early Bird bis 31. Januar 2025**

Ratenzahlung möglich (5 x 145 €)

**Infos/Anmeldung: [yoga-gundi@posteo.de](mailto:yoga-gundi@posteo.de)**

## Ablauf der Ausbildung:

3 Wochenenden plus ein Prüfungstag mit Zertifizierung (gesamt 42 h)

1. Wochenende 05./06.04.2025 10:00 - 17:00 Uhr
2. Wochenende 10./11.05.2025 10:00 - 17:00 Uhr
3. Wochenende 28./29.06.2025 10:00 - 17:00 Uhr
4. Abschlusstag 30.08.2025 10:00 - 17:00 Uhr

Mittagspause jeweils von 13:00 - 14:00 Uhr.

Bring dir ein veget. Snack mit oder nutze die Gastroangebote im Viertel!  
Tee und Wasser fließen reichlich im Studio.

Du erhältst zu Beginn ein Ausbildungsskript mit Fotos und Platz für deine Notizen.

Am 30. August wird jede:r eine komplette Massage durchführen und bekommen und zum Abschluß ein Zertifikat erhalten.

Thai Yoga Massage wird in bequemer Kleidung auf einer Bodenmatte ausgeführt. Wir üben in der für die Thai Massage typischen Reihenfolge. Die Massage beginnt an den Füßen, dann folgen die Beine, Bauch, Brustkorb, Arme und Hände, Rücken, Schulter, Nacken, Kopf und Gesicht. Das alles in Rückenlage, Seitenlage, Bauchlage und in Sitzposition.

Die Thai Yoga Massage ist eine praktische Heilbehandlung für den gesamten Körper. Sie ist ein integrativer Bestandteil des ganzheitlichen Heilsystems Thailands, dessen Wurzeln in der Ayurvedischen Medizin Indiens zu finden sind. Mit Drucktechniken werden Energielinien bearbeitet, der ganze Körper wird gedehnt und bewegt.

Thai Yoga Massage gilt als eine Praxis, die im Geiste von Metta (Liebende Güte) durchgeführt wird. Wir nehmen eine meditative Haltung ein und massieren mit voller Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Konzentration. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Mit <b>Gundi Nowak</b> Thai Yoga Massage Trainerin Yogalehrerin, Ayurveda	Infos und Anmeldung: yoga-gundi@posteo.de www.yoga-gundi.de
---	---