



PIYUSH MITTAL  
NIRMALA.PL

Brak ocen dla tego dostawcy

## Kurs Terapeuta Ajurwedy z masażami i zabiegami ajurwedy

Numer usługi 2026/04/09/194376/3476020

- 📍 Wrocław
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 🕒 50:00 h
- 📅 30.07.2026 do 06.09.2026

5 840,00 PLN brutto  
4 747,97 PLN netto  
116,80 PLN brutto/h  
94,96 PLN netto/h  
183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

### Grupa docelowa usługi

Grupa docelowa kursu na terapeutę ajurwedy to mieszanka osób pragnących rozwoju osobistego (zainteresowanych zdrowiem, jogą, duchowością, holistyką) oraz specjalistów z branży prozdrowotnej (dietetycy, masażyści, fizjoterapeuci, kosmetolodzy, instruktorzy jogi), którzy chcą poszerzyć swoje kompetencje o ajurwedyjskie techniki wspierające metabolizm, równowagę hormonalną i dobrostan klienta.

### Minimalna liczba uczestników

4

### Maksymalna liczba uczestników

18

### Data zakończenia rekrutacji

12-07-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

50

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

## Cel

### Cel edukacyjny

Dogłębne poznanie teorii pięciu żywiołów, trzech dosz (Vata, Pitta, Kapha) oraz znaczenia ognia trawiennego (Agni) i toksyn (Ama). Umiejętność tworzenia indywidualnych planów żywieniowych, ziołolecznictwa oraz rekomendowania zabiegów (masażów, oczyszczania) i praktyk (medytacja, joga). Opanowanie technik masażu ajurwedyjskich (Abhyanga,

Shirodhara) i zabiegów oczyszczających.

Przygotowanie do szerzenia wiedzy o ajurwedzie i promowania świadomego, harmonijnego stylu życia.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Ukończenie szkolenia na terapeutę ajurwedy pozwala na praktyczne stosowanie starożytnej wiedzy do harmonizacji ciała i umysłu, co przekłada się na umiejętność diagnozowania nierównowagi dosz, dobierania indywidualnych diet, ziół i rytuałów, przeprowadzania masaży. Bycie przewodnikiem, który pomaga innym osiągnąć równowagę i zdrowie poprzez indywidualnie dopasowane strategie, dostosowane do współczesnego życia.	Umieć wykonać masaże i zabiegi ajurwedyjskie. Poprawnie dobierania masaże dla danego człowieka i promowania świadomego i harmonijnego stylu życia w zgodzie z naturą.	Test teoretyczny

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

## Program

### 1. Podstawy Ajurwedy

- Historia i filozofia Ajurwedy
- Ajurweda jako system medycyny holistycznej
- Koncepcja pięciu żywiołów (*Pancha Mahabhuta*)
- Trzy dosze: **Vata**, **Pitta**, **Kapha** – charakterystyka i funkcje
- Prakriti (konstytucja) i Vikriti (nierównowaga)

## 1. Anatomia i fizjologia ajurwedyjska

- Dhatu (tkanki ciała)
- Mala (produkty przemiany materii)
- Agni – ogień trawienny (rodzaje i zaburzenia)
- Srotas – kanały energetyczno-metaboliczne
- Ojas, Tejas, Prana – esencje życia

## 1. Fitoterapia ajurwedyjska

- Podstawowe zioła ajurwedyjskie
- Formy preparatów: oleje i masła
- Bezpieczeństwo i przeciwwskazania
- Indywidualny dobór ziół

## 1. Terapie manualne i zabiegi

- Abhyanga (masaż olejowy - Głowy, twarzy, stóp, pleców)
- Udvartana (masaż proszkowy)
- Shirodhara
- Pinda Sweda, Basti – wprowadzenie
- Wskazania i przeciwwskazania

## 1. Panchakarma – podstawy

- Cel i filozofia oczyszczania
- Etapy: Purva Karma, Pradhana Karma, Paschat Karma
- Rola terapeuty w procesie Panchakarmy
- Ograniczenia terapeutyczne (kiedy kierować do lekarza)

## 1. Styl życia i profilaktyka

- Dinacharya (codzienna rutyna)
- Ritucharya (rutyna sezonowa)
- Ajurwedyjskie podejście do snu, pracy, stresu

## 1. Etyka i praktyka zawodowa

- Kompetencje terapeuty ajurwedy
- Granice pracy (współpraca z medycyną konwencjonalną)
- Etyka, poufność, odpowiedzialność
- Prowadzenie dokumentacji klienta

## 1. Praktyka kliniczna

- Studium przypadków
- Praca z klientem pod superwizją
- Opracowywanie indywidualnych planów terapeutycznych
- Egzamin teoretyczny i praktyczny

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 8

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 8 Podstawy Ajurwedy	Ritu Agarwal	30-07-2026	10:00	17:00	07:00

---

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>2 z 8</b> Anatomia i fizjologia Ajurwedyjska	Ritu Agarwal	31-07-2026	10:00	17:00	07:00
<b>3 z 8</b> Fititerapia Ajurwedyjska	Ritu Agarwal	01-08-2026	10:00	17:00	07:00
<b>4 z 8</b> Terapia manualna i zabiegi Ajurwedyjskie	Ritu Agarwal	02-08-2026	10:00	14:00	04:00
<b>5 z 8</b> Panchkarma i podstawy	Ritu Agarwal	03-09-2026	10:00	17:00	07:00
<b>6 z 8</b> Styl życia i profilaktyka	Ritu Agarwal	04-09-2026	10:00	17:00	07:00
<b>7 z 8</b> Etyka i praktyka zawodowa	Ritu Agarwal	05-09-2026	10:00	17:00	07:00
<b>8 z 8</b> praktyka i egzamin teoretyczny	Ritu Agarwal	06-09-2026	10:00	14:00	04:00

## Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania w wysokości co najmniej 70% przysługuje Tobie zwolnienie z podatku VAT

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 840,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 747,97 PLN
Koszt osobogodziny brutto	116,80 PLN
Koszt osobogodziny netto	94,96 PLN

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## Ritu Agarwal

Ritu Agarwal to dyplomowana terapeutka ajurwedy, technik usług kosmetycznych oraz nauczycielka jogi, od wielu lat mieszkająca i pracująca w Polsce. Swoją wiedzę zdobywała m.in. w Indiach, gdzie ukończyła specjalistyczne szkolenia z zakresu ajurwedy w tradycyjnych ośrodkach w Kerali (Ayurvedic Health Care). W swojej pracy łączy klasyczne podejście ajurwedy z praktycznym, współczesnym rozumieniem zdrowia i dobrostanu.

W Polsce prowadzi działalność terapeutyczną i edukacyjną, oferując konsultacje ajurwedyjskie, zabiegi oraz masaże ajurwedyjskie we własnym salonie ajurwedyjskim „Ayurveda na Urodę”, który prowadzi od ponad 15 lat. Wspiera osoby pragnące poprawić jakość życia poprzez odpowiednio dobraną dietę, styl życia oraz świadomą pracę z ciałem. Prowadzi również zajęcia jogi oraz warsztaty rozwojowe.

Ritu Agarwal współtworzy Instytut Jogi i Ajurwedy Nirmala.pl, gdzie jest zaangażowana w kształcenie przyszłych konsultantów i terapeutów ajurwedy. Prowadzi kursy zawodowe, szkolenia oraz warsztaty tematyczne z zakresu ajurwedy, zdrowego stylu życia oraz kuchni ajurwedyjskiej.

Jest autorką książki wegetariańskiej kuchni indyjskiej „Kurkuma – smaki Indii”, w której dzieli się przepisami inspirowanymi tradycyjną kuchnią Indii oraz zasadami ajurwedy.

Ukończyła kurs kompetencji ogólnej "Nauczania języka polskiego jako obcego" prowadzony przez Studium Prawa Europejskiego w Warszawie.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik podczas zajęcia utrzyma

Materiał w formie drukowanym

Szlafork

Kapcie

Zapewniamy Ręczniki, Oleje do masażu do praktyki

## Adres

Wrocław 117

50-442 Wrocław

woj. dolnośląskie

Miejsce zajęć we Wrocławiu

Instytut Jogi i Ajurwedy NIRMALA.PL

ul. Kościuszki 117  
Wrocław  
Nirmala.pl

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**Ritu Agarwal**

**E-mail** [rituaga19@gmail.com](mailto:rituaga19@gmail.com)

**Telefon** (+48) 500 096 021