



PIYUSH MITTAL
NIRMALA.PL

Brak ocen dla tego dostawcy

Zawodowy Konsultant i Terapeuta Ajurwedy XV Edycja

Numer usługi 2026/07/23/194376/3707242

- 📍 Wrocław
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📅 stacjonarna
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 153:00 h
- 📅 13.05.2027 do 28.11.2027

12 500,00 PLN brutto
12 500,00 PLN netto
81,70 PLN brutto/h
81,70 PLN netto/h
183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Grupa docelowa usługi

Kurs jest skierowany do osób, które chcą zdobyć uporządkowaną wiedzę i umiejętności zawodowe w zakresie konsultacji ajurwedyjskiej oraz bezpiecznego wykonywania wybranych masaży i zabiegów ajurwedyjskich, w szczególności do:

- osób planujących rozpoczęcie pracy jako konsultant lub terapeuta ajurwedy;
- masażystów, fizjoterapeutów, kosmetologów, dietetyków, nauczycieli jogi i specjalistów wellness, którzy chcą poszerzyć zakres świadczonych usług;
- osób prowadzących lub planujących prowadzenie gabinetu ajurwedyjskiego, masażu, jogi, dietetyki albo usług wspierających dobrostan;
- osób zainteresowanych stosowaniem zasad ajurwedy w codziennym życiu i pracy z klientem.

Nie jest wymagana wcześniejsza wiedza z zakresu ajurwedy.

Minimalna liczba uczestników

6

Maksymalna liczba uczestników

18

Data zakończenia rekrutacji

05-05-2027

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Celem kursu jest przygotowanie uczestników do samodzielnego prowadzenia konsultacji ajurwedyjskich i gabinetu terapeutycznego. Uczestnik nauczy się przeprowadzać wywiad diagnostyczny, określać prakriti i vikriti, tworzyć indywidualne plany dietetyczne, ziołowe i zabiegowe, wykonywać masaże i terapie manualne, wspierać profilaktykę zdrowia, prowadzić dokumentację, przestrzegać etyki oraz udzielać zaleceń dotyczących stylu życia i rutyny dziennej oraz sezonowej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje system medycyny ajurwedyjskiej: teoria Pancha Mahabhuta, Tri Dosha (Vata, Pitta, Kapha), Sapta Dhātu, Agni i Ama.	Definiuje i porównuje pojęcia; opisuje znaczenie teorii dla praktyki terapeutycznej.	Test teoretyczny
Przeprowadza ajurwedyjski wywiad diagnostyczny i określa konstytucję klienta (prakriti) oraz aktualną nierównowagę (vikriti).	Poprawnie stosuje narzędzia diagnostyczne; przypisuje klienta do typu konstytucyjnego z uzasadnieniem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Układa indywidualny plan dietetyczny i ziołowy zgodny z zasadami ajurwedy i zidentyfikowaną konstytucją klienta.	Opracowuje pisemny plan obejmujący dietę sezonową, ziołolecznictwo i rutynę dzienną (Din Acharya) z uzasadnieniem doboru.	Test teoretyczny
Samodzielnie wykonuje ajurwedyjskie masaże olejowe i zabiegi terapeutyczne (Abhyanga, Shirodhara, Udvartana, Pottali/Ela Kizhi, Basti, Nasza Karma, Karma Purina, Netra Tarpanem).	Prawidłowo przeprowadza masaż lub zabieg na modelu: właściwa technika, sekwencja, dobór oleju/preparatu, bezpieczeństwo.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Omawia zastosowanie ajurwedy w profilaktyce i wspomaganiu terapii chorób cywilizacyjnych (cukrzyca, otyłość, nadciśnienie, alergie, depresja, zaburzenia tarczycy).	Opisuje protokół postępowania dla wskazanej dolegliwości; uzasadnia dobór zaleceń dietetycznych, ziołowych i zabiegowych.	Test teoretyczny
Prowadzi dokumentację klienta i przestrzega zasad etyki zawodowej terapeuty ajurwedyjskiego.	Prawidłowo wypełnia kartę klienta; identyfikuje sytuacje wymagające współpracy z lekarzem.	Obserwacja w warunkach symulowanych

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

ZJAZD 1 - Podstawy ajurwedy i codzienna profilaktyka (13-16.05.2027)

- Wprowadzenie do systemu ajurwedy; Pancha Maha Bhuta i koncepcja Tridosha.
- Funkcje, cechy i podtypy Vata, Pitta i Kapha; mechanizmy nierównowagi.
- Prakriti i Vikriti - zasady rozpoznawania konstytucji i aktualnego stanu.
- Dinacharya i Ritucharya; zasady picia wody, spożywania posiłków i budowania rutyny.
- Podstawy kuchni ajurwedyjskiej, sześć smaków, dobór posiłków i przypraw.

ZJAZD 2 - Fizjologia ajurwedyjska, konsultacja i dietetyka (24-27.06.2027)

- Sapta Dhatu, Agni, Ama, Mala i Szrota; definicja zdrowia i przyczyny nierównowagi.
- Struktura konsultacji ajurwedyjskiej i prowadzenie wywiadu.
- Tradycyjne metody obserwacji: język, skóra, pot, mocz, kał oraz wprowadzenie do Nadi Pariksha.
- Zioła i przyprawy - właściwości, działanie, bezpieczeństwo i zastosowanie w diecie.
- Układanie indywidualnych planów diety i stylu życia; analiza przypadków.

ZJAZD 3 - Praca konsultanta oraz masaże podstawowe (22-25.07.2027)

- Proces konsultacji, dokumentacja, monitorowanie postępów, komunikacja i etyka.
- Ajurwedyjskie podejście do częstych problemów cywilizacyjnych i wspierania Agni.
- Przeciwwskazania, sygnały alarmowe i granice kompetencji.
- Abhyanga - masaż całego ciała: przygotowanie, dobór oleju, sekwencja i praktyka.
- Shiroabhyanga i Mukhabhyanga - masaż głowy i twarzy; praktyka w parach.

ZJAZD 4 - Pranajama, Panchakarma i zabiegi ajurwedyjskie (12-15.08.2027)

- Pranajama, medytacja i asany jogi dobierane do Vata, Pitta i Kapha.
- Wprowadzenie do Panchakarmy: cele, etapy, przygotowanie, przeciwwskazania i zakres roli terapeuty.
- Padabhyanga, Udwartana i Elakizhi; przygotowanie stempli ziołowych.
- Nasya Karma oraz lokalne zabiegi olejowe Kati Vasti, Janu Vasti i Greeva Vasti.
- Pokazy i ćwiczenia praktyczne pod nadzorem prowadzącej.

ZJAZD 5 - Protokoły wspierające i pielęgnacja ajurwedyjska (21-24.10.2027)

- Analiza przypadków związanych ze stylem życia, metabolizmem, stresem i snem.
- Przygotowanie do świadomego macierzyństwa oraz programy kontroli masy ciała.
- Pielęgnacja skóry, włosów, dłoni, stóp i oczu według ajurwedy.
- Przygotowywanie ziołowych masek i peelingów do twarzy i ciała.
- Łączenie masaży, zabiegów, diety i rutyny w spójny plan pracy z klientem.

ZJAZD 6 - Praktyka kompleksowa, praca końcowa i walidacja (25-28.11.2027)

- Studium przypadków i omówienie prac końcowych.

- Tworzenie kompleksowego planu konsultacji, diety, rutyny i zabiegów.
- Utrwalenie teorii i praktyki, bezpieczeństwo, dokumentacja oraz przygotowanie do egzaminu.
- Praktyka pełnej sesji pod superwizją i korekta techniki.
- Walidacja: test teoretyczny, analiza pracy końcowej i obserwacja w warunkach symulowanych.

Weryfikacja wyników kształcenia

Weryfikacja obejmuje trzy elementy:

- **egzamin praktyczny**, podczas którego uczestnik wykonuje wybrane techniki masażu i zabiegów ajurwedyjskich, oceniane pod kątem poprawności techniki, doboru preparatów, bezpieczeństwa i komunikacji z klientem;
- **egzamin teoretyczny** sprawdzający znajomość podstaw Ajurwedy i umiejętność doboru zaleceń do opisanego przypadku;
- **obrona pracy dyplomowej** w formie pisemnego studium przypadku prezentowanego przed komisją.

Zasady bezpieczeństwa i higieny

- stanowiska są dezynfekowane przed rozpoczęciem ćwiczeń oraz po pracy każdej pary;
- uczestnicy korzystają z czystych, jednorazowych lub każdorazowo pranych prześcieradeł i ręczników;
- uczestnicy myją i dezynfekują ręce przed i po pracy z partnerem;
- oleje, zioła i preparaty są przechowywane i wydawane zgodnie z zasadami higieny;
- przed ćwiczeniami prowadząca ustala ewentualne przeciwwskazania zdrowotne do wykonania lub przyjęcia masażu albo zabiegu;
- uczestnicy pracują w odzieży umożliwiającej zachowanie higieny i intymności;
- sala jest wietrzona i sprzątana pomiędzy blokami zajęć; prowadząca nadzoruje poprawność i bezpieczeństwo technik.

Warunki organizacyjne zajęć

- Zajęcia praktyczne odbywają się w grupie do 18 osób. Uczestnicy pracują w parach i wymieniają się rolą osoby wykonującej technikę oraz modela.
- Organizator zapewnia stanowiska do masażu, materiały, oleje i preparaty w liczbie adekwatnej do maksymalnej liczebności grupy.
- Prowadząca demonstruje technikę, obserwuje pracę wszystkich par, koryguje błędy i nadzoruje bezpieczeństwo.
- Ćwiczenia obejmują przygotowanie stanowiska, wywiad dotyczący przeciwwskazań, dobór techniki i preparatu, wykonanie procedury oraz uporządkowanie stanowiska.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 118

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 118 Wprowadzenie do ajurwedy; Pancha Maha Bhuta; podstawy koncepcji Tridosha	Zajęcia	Piyush Mittal	13-05-2027	10:00	11:30	01:30
2 z 118 -	Przerwa	-	13-05-2027	11:30	11:45	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 118 Vata, Pitta i Kapha – cechy, funkcje oraz znaczenie równowagi dosz	Zajęcia	Piyush Mittal	13-05-2027	11:45	13:15	01:30
4 z 118 -	Przerwa	-	13-05-2027	13:15	14:15	01:00
5 z 118 Powiązanie pięciu żywiołów, dosz i indywidualnych cech człowieka	Zajęcia	Piyush Mittal	13-05-2027	14:15	17:00	02:45
6 z 118 Funkcje i podtypy dosz; mechanizmy powstawania nierównowagi	Zajęcia	Piyush Mittal	14-05-2027	10:00	11:30	01:30
7 z 118 -	Przerwa	-	14-05-2027	11:30	11:45	00:15
8 z 118 Prakriti i Vikriti – zasady rozpoznawania konstytucji i aktualnego stanu	Zajęcia	Piyush Mittal	14-05-2027	11:45	13:15	01:30
9 z 118 -	Przerwa	-	14-05-2027	13:15	14:15	01:00
10 z 118 Ćwiczenia w analizie konstytucji na podstawie wywiadu i obserwacji	Zajęcia	Piyush Mittal	14-05-2027	14:15	17:00	02:45
11 z 118 Dinacharya – codzienna rutyna wspierająca dobrostan	Zajęcia	Ritu Agarwal	15-05-2027	10:00	11:30	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 118 -	Przerwa	-	15-05-2027	11:30	11:45	00:15
13 z 118 Ritucharya – dostosowanie stylu życia i odżywiania do pór roku	Zajęcia	Ritu Agarwal	15-05-2027	11:45	13:15	01:30
14 z 118 -	Przerwa	-	15-05-2027	13:15	14:15	01:00
15 z 118 Zasady picia wody, spożywania posiłków i budowania codziennych zaleceń	Zajęcia	Ritu Agarwal	15-05-2027	14:15	17:00	02:45
16 z 118 Podstawy kuchni ajurwedyjskiej i sześć smaków	Zajęcia	Ritu Agarwal	16-05-2027	09:00	10:30	01:30
17 z 118 -	Przerwa	-	16-05-2027	10:30	10:45	00:15
18 z 118 Dobór posiłków i przypraw do konstytucji Vata, Pitta i Kapha	Zajęcia	Ritu Agarwal	16-05-2027	10:45	12:15	01:30
19 z 118 -	Przerwa	-	16-05-2027	12:15	12:30	00:15
20 z 118 Warsztat praktyczny: komponowanie prostego jadłospisu ajurwedyjskiego	Zajęcia	Ritu Agarwal	16-05-2027	12:30	13:30	01:00
21 z 118 Sapta Dhatu – siedem tkanek i ich znaczenie w ajurwedzie	Zajęcia	Piyush Mittal	24-06-2027	10:00	11:30	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
22 z 118 -	Przerwa	-	24-06-2027	11:30	11:45	00:15
23 z 118 Agni, Ama i Mala — trawienie, produkty przemiany i eliminacja	Zajęcia	Piyush Mittal	24-06-2027	11:45	13:15	01:30
24 z 118 -	Przerwa	-	24-06-2027	13:15	14:15	01:00
25 z 118 Szrota — kanały organizmu; definicja zdrowia i przyczyny nierównowagi	Zajęcia	Piyush Mittal	24-06-2027	14:15	17:00	02:45
26 z 118 Struktura konsultacji ajurwedyjskiej i zasady prowadzenia wywiadu	Zajęcia	Piyush Mittal	25-06-2027	10:00	11:30	01:30
27 z 118 -	Przerwa	-	25-06-2027	11:30	11:45	00:15
28 z 118 Tradycyjne metody obserwacji: język, skóra, pot, mocz i kał — zakres informacyjny	Zajęcia	Piyush Mittal	25-06-2027	11:45	13:15	01:30
29 z 118 -	Przerwa	-	25-06-2027	13:15	14:15	01:00
30 z 118 Nadi Pariksha — wprowadzenie do tradycyjnej obserwacji pulsu	Zajęcia	Piyush Mittal	25-06-2027	14:15	17:00	02:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
31 z 118 Zioła i przyprawy ajurwedyjskie – właściwości, działanie i bezpieczeństwo	Zajęcia	Ritu Agarwal	26-06-2027	10:00	11:30	01:30
32 z 118 -	Przerwa	-	26-06-2027	11:30	11:45	00:15
33 z 118 Podstawy dietyki ajurwedyjskiej ; dobór produktów do Agni i dosz	Zajęcia	Ritu Agarwal	26-06-2027	11:45	13:15	01:30
34 z 118 -	Przerwa	-	26-06-2027	13:15	14:15	01:00
35 z 118 Warsztat kulinarny: przygotowanie potraw i mieszanek przypraw	Zajęcia	Ritu Agarwal	26-06-2027	14:15	17:00	02:45
36 z 118 Budowanie indywidualnego planu diety i stylu życia	Zajęcia	Ritu Agarwal	27-06-2027	09:00	10:30	01:30
37 z 118 -	Przerwa	-	27-06-2027	10:30	10:45	00:15
38 z 118 Dobór zaleceń do Prakriti, Vikriti, Agni i pory roku	Zajęcia	Ritu Agarwal	27-06-2027	10:45	12:15	01:30
39 z 118 -	Przerwa	-	27-06-2027	12:15	12:30	00:15
40 z 118 Analiza przypadku: przygotowanie i uzasadnienie rekomendacji	Zajęcia	Ritu Agarwal	27-06-2027	12:30	13:30	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
41 z 118 Proces konsultacji: zebranie danych, analiza i formułowanie rekomendacji	Zajęcia	Piyush Mittal	22-07-2027	10:00	11:30	01:30
42 z 118 -	Przerwa	-	22-07-2027	11:30	11:45	00:15
43 z 118 Dokumentacja konsultacji, karta klienta i monitorowanie postępów	Zajęcia	Piyush Mittal	22-07-2027	11:45	13:15	01:30
44 z 118 -	Przerwa	-	22-07-2027	13:15	14:15	01:00
45 z 118 Etyka zawodowa, komunikacja i granice kompetencji konsultanta ajurwedy	Zajęcia	Piyush Mittal	22-07-2027	14:15	17:00	02:45
46 z 118 Ajurwedyjskie podejście do stylu życia przy częstych problemach cywilizacyjnych	Zajęcia	Piyush Mittal	23-07-2027	10:00	11:30	01:30
47 z 118 -	Przerwa	-	23-07-2027	11:30	11:45	00:15
48 z 118 Wsparcie Agni i ograniczanie Ama poprzez dietę, rytm dnia i nawyki	Zajęcia	Piyush Mittal	23-07-2027	11:45	13:15	01:30
49 z 118 -	Przerwa	-	23-07-2027	13:15	14:15	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
50 z 118 Przeciwwskazania, sygnały alarmowe i zasady kierowania do specjalisty medycznego	Zajęcia	Piyush Mittal	23-07-2027	14:15	17:00	02:45
51 z 118 Abhyanga – teoria, wskazania, przeciwwskazania i dobór oleju	Zajęcia	Ritu Agarwal	24-07-2027	10:00	11:30	01:30
52 z 118 -	Przerwa	-	24-07-2027	11:30	11:45	00:15
53 z 118 Abhyanga – sekwencja masażu całego ciała i ergonomia pracy terapeuty	Zajęcia	Ritu Agarwal	24-07-2027	11:45	13:15	01:30
54 z 118 -	Przerwa	-	24-07-2027	13:15	14:15	01:00
55 z 118 Abhyanga – praktyka w parach pod nadzorem prowadzącej	Zajęcia	Ritu Agarwal	24-07-2027	14:15	17:00	02:45
56 z 118 Shiroabhyanga – masaż głowy: teoria, przygotowanie i technika	Zajęcia	Ritu Agarwal	25-07-2027	09:00	10:30	01:30
57 z 118 -	Przerwa	-	25-07-2027	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
58 z 118 Mukhabhyanga – masaż twarzy: sekwencja, kierunek ruchów i bezpieczeństwo	Zajęcia	Ritu Agarwal	25-07-2027	10:45	12:15	01:30
59 z 118 -	Przerwa	-	25-07-2027	12:15	12:30	00:15
60 z 118 Praktyka Shiroabhyanga i Mukhabhyanga w parach	Zajęcia	Ritu Agarwal	25-07-2027	12:30	13:30	01:00
61 z 118 Pranajama i medytacja jako element wspierania równowagi dosz	Zajęcia	Piyush Mittal	12-08-2027	10:00	11:30	01:30
62 z 118 -	Przerwa	-	12-08-2027	11:30	11:45	00:15
63 z 118 Techniki oddechowe i relaksacyjne dobierane do Vata, Pitta i Kapha	Zajęcia	Piyush Mittal	12-08-2027	11:45	13:15	01:30
64 z 118 -	Przerwa	-	12-08-2027	13:15	14:15	01:00
65 z 118 Asany jogi wspierające pracę z różnymi typami konstytucyjnymi	Zajęcia	Piyush Mittal	12-08-2027	14:15	17:00	02:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
66 z 118 Panchakarma – cele, etapy i miejsce terapii oczyszczających w ajurwedzie	Zajęcia	Piyush Mittal	13-08-2027	10:00	11:30	01:30
67 z 118 -	Przerwa	-	13-08-2027	11:30	11:45	00:15
68 z 118 Przygotowanie i opieka wspierająca; wskazania, przeciwwskazania i bezpieczeństwo	Zajęcia	Piyush Mittal	13-08-2027	11:45	13:15	01:30
69 z 118 -	Przerwa	-	13-08-2027	13:15	14:15	01:00
70 z 118 Rola konsultanta i terapeuty oraz granice samodzielnego działania	Zajęcia	Piyush Mittal	13-08-2027	14:15	17:00	02:45
71 z 118 Padabhyanga i Udwartana – teoria, zastosowanie i dobór preparatów	Zajęcia	Ritu Agarwal	14-08-2027	10:00	11:30	01:30
72 z 118 -	Przerwa	-	14-08-2027	11:30	11:45	00:15
73 z 118 Elakizhi – przygotowanie stempli ziołowych i zasady bezpiecznego stosowania	Zajęcia	Ritu Agarwal	14-08-2027	11:45	13:15	01:30
74 z 118 -	Przerwa	-	14-08-2027	13:15	14:15	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
75 z 118 Praktyka Padabhyanga, Udwartana i pracy ze stemplami w parach	Zajęcia	Ritu Agarwal	14-08-2027	14:15	17:00	02:45
76 z 118 Nasya Karma — przygotowanie, przebieg i przeciwwskazania	Zajęcia	Ritu Agarwal	15-08-2027	09:00	10:30	01:30
77 z 118 -	Przerwa	-	15-08-2027	10:30	10:45	00:15
78 z 118 Kati Vasti, Janu Vasti i Greeva Vasti — zasady wykonywania zabiegów olejowych	Zajęcia	Ritu Agarwal	15-08-2027	10:45	12:15	01:30
79 z 118 -	Przerwa	-	15-08-2027	12:15	12:30	00:15
80 z 118 Pokaz i praktyka wybranych zabiegów lokalnych pod nadzorem prowadzącej	Zajęcia	Ritu Agarwal	15-08-2027	12:30	13:30	01:00
81 z 118 Analiza przypadków: zaburzenia metaboliczne, masa ciała, cholesterol i ciśnienie	Zajęcia	Piyush Mittal	21-10-2027	10:00	11:30	01:30
82 z 118 -	Przerwa	-	21-10-2027	11:30	11:45	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
83 z 118 Analiza przypadków: tarczycy, anemia, alergie, stres i obniżony nastrój	Zajęcia	Piyush Mittal	21-10-2027	11:45	13:15	01:30
84 z 118 -	Przerwa	-	21-10-2027	13:15	14:15	01:00
85 z 118 Formułowanie bezpiecznych zaleceń wspierających styl życia i dobrostan	Zajęcia	Piyush Mittal	21-10-2027	14:15	17:00	02:45
86 z 118 Ajurwedyjskie zasady przygotowania do świadomego macierzyństwa	Zajęcia	Piyush Mittal	22-10-2027	10:00	11:30	01:30
87 z 118 -	Przerwa	-	22-10-2027	11:30	11:45	00:15
88 z 118 Programy kontroli masy ciała oraz monitorowanie reakcji klienta	Zajęcia	Piyush Mittal	22-10-2027	11:45	13:15	01:30
89 z 118 -	Przerwa	-	22-10-2027	13:15	14:15	01:00
90 z 118 Współpraca interdyscyplinarna, dokumentowanie i aktualizacja planu	Zajęcia	Piyush Mittal	22-10-2027	14:15	17:00	02:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
91 z 118 Pielęgnacja skóry, włosów, dłoni, stóp i oczu według ajurwedy	Zajęcia	Ritu Agarwal	23-10-2027	10:00	11:30	01:30
92 z 118 -	Przerwa	-	23-10-2027	11:30	11:45	00:15
93 z 118 Ziołowe maski i peelingi – składniki, receptury i zasady higieny	Zajęcia	Ritu Agarwal	23-10-2027	11:45	13:15	01:30
94 z 118 -	Przerwa	-	23-10-2027	13:15	14:15	01:00
95 z 118 Warsztat praktyczny: przygotowanie i zastosowanie masek oraz peelingów	Zajęcia	Ritu Agarwal	23-10-2027	14:15	17:00	02:45
96 z 118 Łączenie masaży i zabiegów w spójny plan pracy z klientem	Zajęcia	Ritu Agarwal	24-10-2027	09:00	10:30	01:30
97 z 118 -	Przerwa	-	24-10-2027	10:30	10:45	00:15
98 z 118 Dobór olejów, stempli i preparatów do konstytucji oraz celu sesji	Zajęcia	Ritu Agarwal	24-10-2027	10:45	12:15	01:30
99 z 118 -	Przerwa	-	24-10-2027	12:15	12:30	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
100 z 118 Warsztat: opracowanie i wykonanie przykładowego o protokołu zabiegowego	Zajęcia	Ritu Agarwal	24-10-2027	12:30	13:30	01:00
101 z 118 Studium przypadków i omówienie prac końcowych uczestników	Zajęcia	Piyush Mittal	25-11-2027	10:00	11:30	01:30
102 z 118 -	Przerwa	-	25-11-2027	11:30	11:45	00:15
103 z 118 Tworzenie kompleksowego planu konsultacji, diety, rutyny i zabiegów	Zajęcia	Piyush Mittal	25-11-2027	11:45	13:15	01:30
104 z 118 -	Przerwa	-	25-11-2027	13:15	14:15	01:00
105 z 118 Dokumentacja zawodowa, zgody, archiwizacja i standard obsługi klienta	Zajęcia	Piyush Mittal	25-11-2027	14:15	17:00	02:45
106 z 118 Utrwalenie teorii: dosze, Dhatu, Agni, Ama, Szrota i diagnostyka ajurwedyjska	Zajęcia	Piyush Mittal	26-11-2027	10:00	11:30	01:30
107 z 118 -	Przerwa	-	26-11-2027	11:30	11:45	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
108 z 118 Przygotowanie do walidacji: konsultacja, analiza przypadku i uzasadnienie zaleceń	Zajęcia	Piyush Mittal	26-11-2027	11:45	13:15	01:30
109 z 118 -	Przerwa	-	26-11-2027	13:15	14:15	01:00
110 z 118 Etyka, bezpieczeństwo oraz powtórzenie wymagań egzaminacyjnych	Zajęcia	Piyush Mittal	26-11-2027	14:15	17:00	02:45
111 z 118 Praktyka pełnej sesji: przygotowanie stanowiska, wywiad i dobór techniki	Zajęcia	Ritu Agarwal	27-11-2027	10:00	11:30	01:30
112 z 118 -	Przerwa	-	27-11-2027	11:30	11:45	00:15
113 z 118 Praktyka masażu i zabiegów ajurwedyjskich w parach pod superwizją	Zajęcia	Ritu Agarwal	27-11-2027	11:45	13:15	01:30
114 z 118 -	Przerwa	-	27-11-2027	13:15	14:15	01:00
115 z 118 Omówienie błędów, korekta techniki i przygotowanie do walidacji praktycznej	Zajęcia	Ritu Agarwal	27-11-2027	14:15	17:00	02:45
116 z 118 -	Walidacja	-	28-11-2027	09:00	11:00	02:00
117 z 118 -	Przerwa	-	28-11-2027	11:00	11:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
118 z 118 -	Walidacja	-	28-11-2027	11:30	13:30	02:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	153:00
w tym suma godzin zajęć	123:30
w tym suma godzin walidacji	04:00
w tym suma przerw	25:30
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	170:00

Cennik

Cennik

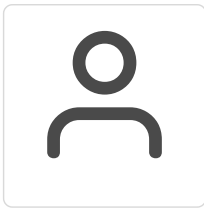
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	12 500,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	12 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	81,70 PLN
Koszt osobogodziny netto	81,70 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	153:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

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.



2 z 2

Piyush Mittal

nauczyciel jogi i ajurwedy, wykładowca, założyciel i prezes Nirmala.pl Instytutu Jogi i Ajurwedy, inicjator, autor i współautor licznych warsztatów oraz kursów instruktorskich (przygotowujących do zawodu m.in.: instruktora jogi klasycznej, konsultanta i terapeuty ajurwedy, holistycznego terapeuty dla ciała i umysłu, specjalisty marma terapii, lidera ds. dobrostanu pracowników – ambasadora jogi). Absolwent Politechniki Warszawskiej na Wydziale Informatyki i Zarządzania. Jego pierwszym nauczycielem był Chandra Mohan Bhandari (ambasador jogi na świecie w 2016 roku), który wzbogacił i uporządkował jego wiedzę na temat jogi, medytacji i pranajamy.

Świadomie praktykuje jogę od 42 lat. Natomiast ziarno jogi zostało zasiane w nim dużo wcześniej, gdy jako dziecko uczęszczał do szkoły w tradycji wedyjskiej Saraswati Shishu Mandir. Najbliższe jego sercu jest zdanie zaczerpnięte z Bhagawadgity „JOGA TO DROGA DO SIEBIE PRZEZ SIEBIE”.

Ma doświadczenie w przekazywaniu głębi indyjskiej sztuki dbania o ciało, umysł i duszę. Zdobywał je między innymi jako organizator ponad 180 warsztatów i kursów (w latach 2012-2024) oraz czterech Międzynarodowych Naukowych Konferencji Jogi i Ajurwedy (w latach 2013-2017), których partnerem było Ministerstwo Jogi, Ajurwedy i Naturoterapii (AYUSH) w Indiach; także jako prezes Centrum Jogi i Ajurwedy im. Bhandari’ego (w latach 2013-2017) oraz Instytutu Jogi i Ajurwedy w Sulisławiu.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują:

- komplet materiałów dydaktycznych w formie drukowanej lub elektronicznej;
- skrypty dotyczące podstaw ajurwedy, diagnostyki tradycyjnej, dietetyki, masaży i zabiegów;

- oleje ajurwedyjskie, zioła, przyprawy i preparaty wykorzystywane podczas zajęć praktycznych;
- materiały do przygotowania stempli, masek i peelingów;
- dostęp do kawy, herbaty, wody i owoców podczas dni zjazdowych.

Uczestnik powinien zabrać własny szlafrok i kapcie.

Informacje dodatkowe

DOKUMENTY UZYSKANE PO UKOŃCZENIU KURSU

- Po zaliczeniu egzaminów i obronie pracy uczestnik otrzymuje wewnętrzny Dyplom Konsultant i Terapeuta Ajurwedy (**Kod Zawodu 323090**) wydany przez NIRMALA Instytut Jogi i Ajurwedy.

Instytut Jogi i Ajurwedy Nirmala.pl jest wpisany do Rejestru Instytucji Szkoleniowych WUP pod nr 2.02/00204/2021.

Usługa nie prowadzi do uzyskania kwalifikacji wpisanej do Zintegrowanego Rejestru Kwalifikacji (ZRK). Dokumentem potwierdzającym ukończenie usługi jest dyplom wewnętrzny.

Adres

pl. Tadeusza Kościuszki 117/5U

50-442 Wrocław

woj. dolnośląskie

Nazwa miejsca

Instytut Jogi i Ajurwedy NIRMALA.PL

Ulica i numer

ul. Kościuszki 117/5U, 1 piętro

Kod pocztowy i miasto

50-442 Wrocław

Województwo

dolnośląskie

Strona www

nirmala.pl

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Piyush Mittal



E-mail pmittal1915@gmail.com

Telefon (+48) 508 142 077