

Ayurveda - Workshop

Die Ziele des Ayurveda das Erreichen eines hohen Lebensalters mit gleichzeitiger Erhaltung der natürlichen Gesundheit für die gesamte Lebensspanne.

Hierfür bedarf es der Harmonisierung unseres Systems.

Inhalte:

- Allgemeines zu Ayurveda
- Doshas und deren Empfehlungen
- Doshatest

