

## Meisterklasse mit Vaidya Satyajith Kadkol - Ein Wochenende im Zeichen von Vata Doshha

Wir werden **Konzepte und Praktiken über Vata** lernen, **die neu und anders sind**, als das, was wir in herkömmlichen Ayurveda Klassen zu hören bekommen. Gerade schon erfahrene Ayurveda PraktikerInnen haben hier die **Chance das Bewegungsprinzip nochmal ganz neu kennen und noch tiefer verstehen** zu lernen. Das Ziel des Wochenendes ist es **tieferes Wissen** zu vermitteln, das über das Grundlagenwissen hinaus geht. **Werde zu einer ExpertIn für Vata Doshha!**

28. Juni, Tag 1: Soul - Theorie & Vata-Seele || 16:00 -19:00

- Verstehen der **Verbindung zwischen Emotionen und allgemeinem Wohlbefinden**
- Wieso sind es gerade **emotionale Aspekte** die Vata Doshha beunruhigen?
- In welcher Beziehung steht Vata Doshha zu Pancha Vayus und Maha Prana?
- Wichtige Techniken zum Umgang mit Vata und dessen bedingten **emotionalen Fluktuationen**
- Empfehlungen für **spirituelle Praktiken** in Hinsicht auf die individuelle Konstitution

29. Juni, Tag 2: Body - Physiologische Aspekte von Vata Doshha || 08:30 - 17:00 Uhr

- Verzahnung der grundlegenden Prinzipien mit **weiterführenden Beschwerdebildern**, die zu nachhaltigeren Ergebnissen mit KlientInnen führen
- **Versteckte Anzeichen** eines Vata Ungleichgewichts
- Auswahl der richtigen **Heilsubstanzen** für deine **therapeutischen Behandlungen**
- Ernährung und Diät: Ernährungsmythen über Vata Doshha hinterfragt
- Praktischer **Vata-Kochkurs mit Vaidya Namita Khanna (USA)**

30. Juni, Tag 3: Mind - Emotionen und Vata Dosha || 8:30-17:00

- Verstehen der tieferen Prinzipien von **Vata Dosha im Geist**
- **Beruhigung und Stabilisierung des Vata Geistes** mit einfachen und wirksamen Techniken
- Auf Vata zugeschnittene **Meditations- und Atemübungen**
- **Tägliche Routinen**, die geistige Klarheit und Konzentration fördern
- **Strategien direkt as den vedischen Texten** zur **Bewältigung von Ängsten und Stress**

Zeitplan

Freitag: 16:00 - 19:00

Samstag und Sonntag: 08:30 - 17:00 (mit einer Mittagspause von 12:00 - 14:00)

Ticket: € 549,-

Das Seminar beinhaltet ein gemeinsam gekochtes ayurvedisches Mittagessen am Samstag.

Veranstaltungsort  
Veda Vital Institut,  
Altgasse 23/8,  
1130 Wien

Anmeldung & Information

E-Mail: [ausbildungen@vedavital.at](mailto:ausbildungen@vedavital.at)

Begleite uns zu einem exklusiven Erlebnis!

Tauche ein in die **Weisheit des Ayurveda mit Vaidya Satyajith Kadkol**, lerne von erfahrenen Praktizierenden und verbinde dich mit Gleichgesinnten in einer **ruhigen, integrativen und unterstützenden Umgebung**. Egal, ob du neu im Ayurveda bist oder du dein Wissen vertiefen möchtest, dieser Meisterkurs bietet wertvolle Einblicke und praktische Fähigkeiten, um dein Wohlbefinden und das deiner KlientInnen zu steigern.

Wir freuen und auf dich!