

# AUSBILDUNG AYURVEDA-ERNÄHRUNGS- UND GESUNDHEITS-BERATUNG

## AUFSTELLUNG AUSBILDUNGS-INHALTE



Ayurvedaschule Wolfgang Neutzler  
Ayurvedalehrer, Ayurveda-Coach, Ayurveda-Koch

[www.schule-fuer-ayurveda.de](http://www.schule-fuer-ayurveda.de)

[info@schule-fuer-ayurveda.de](mailto:info@schule-fuer-ayurveda.de)

Stand: Februar 2021

# „Ayurveda-Ernährungs- und Gesundheitsberatung“

## 3 Ausbildungsabschnitte der Ausbildung

### Module

Ayurveda-Kochkurs Grundlagen Online

6 Module werden alle 5 Tage freigeschaltet

6 = 1 Monat

Ayurveda Basics und Konstitutionsbestimmung

6 Module werden alle 5 Tage freigeschaltet

(6. Ist ein persönliche Supervision mit mir)

6 = 1 Monat

Aufbau Ayurveda Ernährungs- und Gesundheitsberatung

35 = 11 Monate

Die Module werden in dieser Reihenfolge alle 10 Tage freigeschaltet.

- Die Zelle
- Magen-Darm-Trakt
- Leber-Bauchspeicheldrüse, Milz, Lymphe
- Ausscheidungsorgane
- Herz-Kreislauf
  
- Ernährungs-Anamnese
- Ausgleich Vata
- Ausgleich Pitta
- Ausgleich Kapha
- Verschiedene Ernährungslehren
- Das Redox-System
- Mineralstoffe
- Vitamine
- Regelkreise des Körpers, Säure-Basenhaushalt
- Sprossen
  
- Allgemeine Empfehlungen,
  - Welche Mineralstoffe reagieren sauer,
  - welche Mineralstoffe reagieren basisch,
  - welche Lebensmittel sind säurebildend,
  - welche Lebensmittel sind basenbildend
- Sub-Doshas und Vertiefung Geschmack
- Kl. Ama-Kur/Fasten
  - Teilnahme an einer Online-Fastenkurs ist ohne Zusatzkosten möglich – wird extra frei geschaltet, diese Module sind zusätzlich.

Ayurvedaschule Wolfgang Neutzler – Wittelsbacher Str. 19 – 89423 Gundelfingen –  
Mobil: 0157 - 51 27 10 25 - Telefon: 09073 - 44 80 761

[www.schule-fuer-ayurveda.de](http://www.schule-fuer-ayurveda.de) ; E-Mail: [info@schule-fuer-ayurveda.de](mailto:info@schule-fuer-ayurveda.de) - St. Nr. 109/255/00785

- Gewürze und deren Bedeutung für die Gesundheit
- Kräuter und deren Bedeutung für die Gesundheit
- Gewürzmischungen
  
- Seminargestaltung – Rhetorik -
- Meditation
- Ökologie
  
- Kohlenhydrate und auch Zucker und Alternativen, Ersatzstoffe z.B. bei Glutenunverträglichkeit
- Fette/ gesunde Fette/Öle, ungesättigte Fette worin enthalten, Gesättigte Fette worin enthalten, Transfette, wo bekommen wir die gesunden Fettsäuren her, Ghee
- Eiweiße, Welche Aminosäuren sind wichtig, essenzielle Aminosäuren, wo bekommen wir die einzelnen Aminosäuren her, Ersatzstoffe für tierisches Eiweiß
  
- Einführung Diagnose
- Behandlungsmöglichkeiten im Ayurveda – Ganzheitsmedizin
- Dosha-Störungen (äußere und innere Ursachen und wie drücken sich Dosha-Störungen in den 7 Geweben aus
- 3 Module Ernährungsmedizin mit den seelisch/geistigen Aspekten von Krankheit mit Erstellen von Ernährungsplänen
  - Ernährungsmedizin I / säurebildende Krankheitsbilder
  - Ernährungsmedizin II
  - Ernährungsmedizin III

Insgesamt 47 Module

**Zusätzlich ist die Teilnahme an einer Online-Fastenwoche möglich. (freiwillig)**

- Kann freigeschaltet werden, wenn dieses Modul freigeschaltet wurde

**Freiwillige Wissensüberprüfung – Abschlussgespräch**

Für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die eine Wissensüberprüfung wünschen, erhalten einen

- Fragenkatalog mit knapp 100 Fragen zur Vorbereitung auf ein Abschlussgespräch.
- Abschlussgespräch (freiwillig)

Zertifikat der Ayurvedaschule Wolfgang Neutzler - Gundelfingen - Donau

Ayurvedaschule Wolfgang Neutzler – Wittelsbacher Str. 19 – 89423 Gundelfingen –  
Mobil: 0157 - 51 27 10 25 - Telefon: 09073 - 44 80 761

[www.schule-fuer-ayurveda.de](http://www.schule-fuer-ayurveda.de) ; E-Mail: [info@schule-fuer-ayurveda.de](mailto:info@schule-fuer-ayurveda.de) - St. Nr. 109/255/00785