

Traditional Thai Yoga Massage

Del 10 al 20 de Septiembre de 2009

Curso iniciación con Krishnataki
Omshanti, Granollers - Barcelona

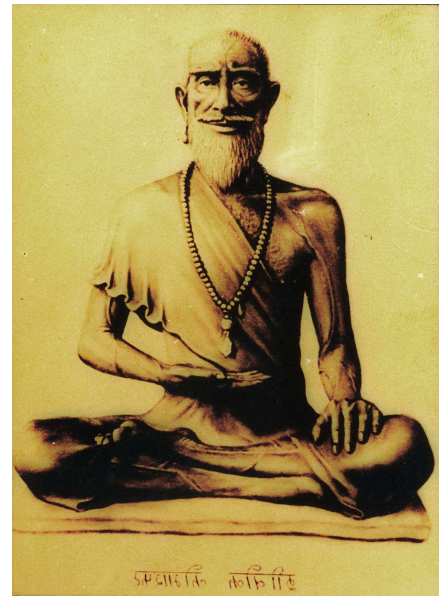


'Siente la presencia de su aliento y el tuyo
Siente el peso de su cuerpo y el tuyo
reconoce la belleza del Alma
Unifícate con el movimiento y baila
Siempre con sencillez
Sin enjuiciar
por el bien de todos tus hermanos y hermanas'

Dayalu

Thai Yoga Massage

El masaje Tailandés Tradicional tiene sus raíces en la India de hace 2500 años, tiempos en los que el Yoga y el Ayurveda eran las formas de sanación más extendidas. La técnica llegó a Tailandia gracias a "Jivaka Kumar Baccha", contemporáneo y amigo personal del mismísimo Buda. En Tailandia se le conoce como el padre de la medicina y cualquier practicante de Masaje Tailandés agradece y alaba su dedicación y talento. La mayoría de los textos que recogían ésta práctica ancestral fueron destruidos en la invasión Birmana de Tailandia, aunque en el famoso templo de Wat Po en Bangkok perduran esculturas y dibujos que dan testimonio de la existencia de ésta tradición.



La enseñanza se ha compartido generación tras generación de maestro a discípulo haciendo de éste masaje una práctica curativa muy intuitiva. El conocimiento de las hierbas medicinales, la nutrición y la práctica espiritual se unen al masaje tailandés para formar el centro de la medicina tailandesa tradicional; más que un simple tratamiento, una práctica espiritual muy conectada a las enseñanzas del Buda. La aplicación de Metta (amor bondadoso) y Vipassana (ver las cosas tal como realmente son,) permite tanto a la persona que da como el que recibe abrir los canales de energía y ser sanado.



**"Que gracias a la consciencia
Sea capaz de recibir
el sufrimiento de los otros
y con la gracia de un corazón abierto
Compartir con compasión
las emociones naturales de nuestra
condición humana"**

Lord Buddha

El Curso

El curso supone material abundante y entrenamiento práctico sólido en el arte del Masaje Tailandés Tradicional. Tras les 11 días de estudio el alumno estará capacitado para ofrecer un masaje de cuerpo entero de dos horas.

Está ideado para practicantes principiantes, para personas con experiencia previa y también para terapeutas de otras disciplinas de trabajo corporal. No hay pre-requisitos para éste curso – todo el mundo puede hacerlo y es bienvenido.

Nuestra base es el libro “The Traditional Art of Thai Massage” de Asokananda y también un dossier con material propio. Día a día viajamos de los pies a la cabeza con demostraciones diarias, práctica y teoría.

Éste curso otorga un certificado reconocido por la: “International Society of Thai Yoga Massage”

La estructura global del curso es la siguiente:

- Día 1: Introducción – pies y líneas de energía de las piernas
- Día 2: Estiramientos con una sola pierna
- Día 3: Estiramientos con dos piernas
- Día 4: Estómago, pecho, brazos y manos
- Día 5: Posición de lado
- Día 6: Día de práctica
- Día 7: Espalda
- Día 8: Hombros, cuello y cabeza
- Día 9: Cara – Aceites y Comprimidos de Hierbas
- Día 10: Día de práctica
- Día 11: Evaluación – examen práctico con retroalimentación constructiva

El horario típico de un día de curso será:

6:00 – 6:45	Meditación Matutina
7:00 – 9:00	Sunrise Yoga
9:00 – 11:00	Desayuno ligero
11:00 – 14:00	Demostración de masaje y práctica
14:00 – 16:00	Comida y siesta
16:00 – 19:00	Práctica masaje
19:00 – 20:00	Qi Gong / AcroYoga Vuelo Terapéutico
20:00 – 21:00	Cena
21:30 – 22:00	Maha Meditación & Bhakti Yoga (Canto de mantras)
22:30	Mouna - Silencio



Krishnataki

Krishnataki, nacido en Grecia, ha enseñado Thai Yoga massage, Chavutti Thirumal y Yoga desde 1998 habiendo vivido y estudiado en Tailandia e India. Es uno de los profesores sénior de la Sunshine Network Thai Massage School, y ha aprendido éste arte de maestros como Pichet Boonthume y Chayuth Priyasith entre otros. Le apasiona el cultivo ecológico, la medicina China, la cocina y la nutrición y en cada uno de sus cursos incorpora aspectos de Yoga, Meditación y Qi Gong.



Actualmente vive en Grecia, en la Sunshine House, dónde ofrece clases de Yoga diarias, tratamientos individuales y retiros intensivos. Se le conoce por sus clases divertidas, amorosas y alegres; por su espíritu generoso y abierto; por sus manos suaves y calientes; y por sus deliciosas recetas caseras.



OMSHANTI

Centre de Ioga Integral Omshanti

Omshanti está en las afueras de Barcelona, cerca de las montañas del Monseny. A media hora en tren de Barcelona, a una hora del aeropuerto.



ALOJAMIENTO Se duerme en habitaciones compartidas con colchones gruesos. También hay la opción de acampar al lado de la casa.

QUE TRAER Saco de dormir, toalla, esterilla de yoga, ropa cómoda, jabón natural/ecológico para las duchas silvestres, una botella de agua reutilizable, tienda de campaña (si eliges acampar- RECOMENDABLE) Cualquier instrumento que toque... y tu espíritu de Karma Yoga!!

COMO LLEGAR

Direcciones desde el Aeropuerto de Barcelona:

Coge un tren a BARCELONA SANTS (la estación más importante de Barcelona) y luego otro tren a GRANOLLERS CENTRE (dirección Francia).

Horarios: www.renfe.es/cercanias/barcelona/index_horarios.html

Direcciones desde el Aeropuerto de Girona:

Coge un Bus directo a la estación de Autobuses de Granollers.

Horarios: <http://www.sagales.com/index.php?nIdioma=LANG3>

Os recogemos en Granollers el jueves día 10 entre 15h y 19h.

LLEGADA El curso empieza el jueves día 10 a las 19h con la cena y termina el domingo día 20 después de comer.



PRECIO 850€

Incluye las clases, la estancia, tres comidas diarias y el trayecto de la estación de Granollers a Omshanti.

RESERVAS

Para reservar tu plaza realiza una transferencia de 300€ a ésta cuenta:

Banco: Triodos Bank

Nombre del titular de la Cuenta: OMSHANTI

Nº de Cuenta: 1491 0001 20 0010005487

Nº IBAN: ES39 1491 0001 20 0010005487

Por favor escribe: NOMBRE COMPLETO + CURSO THAI

**En caso de cancelación por parte del alumno el depósito de la reserva
NO ES RETORNABLE**

Más información

Pau (+34) 625121469

alegria@omshanti.cat

www.omshanti.cat