



FÜHRUNG

Ayurveda im Führungsalltag - Mehr als ein Glas warmes Wasser am Morgen

Produktnummer
2024-40400S

Termin
19. Juli 2024
09:00 bis 16:30 Uhr

Gebühren pro Teilnehmer:in
299,00 € (inkl. Seminarunterlagen)

Die VWA geht davon aus, dass der Arbeitgeber die Teilnahmegebühr sowie Reisekosten übernimmt.

Inhalte

- Ayur(Leben) veda(Wissen) Basics – Das Wissen vom Leben
- Ayurveda Morgen-/Tagesroutine
- Die drei Doshas (Vata – Pita – Kapha)
- Struktur im Alltag und Jahr (Dosha-Uhr und die sechs Jahreszeiten)
- Persönliche Konstitution und Bedürfnisse im Führungsalltag
- Tagesabschluss: 45 Minuten (Bewegung und Achtsamkeit)

Dozent:innen

Melina Savvidis

Organisationsentwicklerin, freie Lehrtrainerin, systemischer Coach, Erwachsenenbildung (M. A.)

Zielgruppe

Fach- und Führungskräfte sowie Mitarbeiter:innen, die offen gegenüber Neuem sind

Ziele

Körper und Geist in Einklang bringen.

Die Ayurveda-Lehre geht davon aus, dass jedes körperliche oder seelische Ungleichgewicht ein Problem darstellt. Durch den ganzheitlichen Anspruch ist Ayurveda eine Kombination aus Erfahrungswerten und Philosophie, die sich auf die für menschliche Gesundheit und Krankheit wichtigen physischen, mentalen, emotionalen und spirituellen Aspekte konzentriert.

Ort

VWA Bildungshaus Stuttgart
Wolframstr. 32
70191 Stuttgart

[Google Maps](#)

Kontakt

Information

Heike Karsten
0711 21041-26
h.karsten@w-vwa.de

Konzeption und Beratung

Udo Kressler
0711 21041-21
U.Kressler@w-vwa.de

[Anmelde- und
Teilnahmebedingungen](#)

[Impressum](#)

[Datenschutzhinweise](#)