



## **Ausbildung zur/zum Dipl. Ayurveda-Wohlfühl-Praktiker:In**

Massage, eingeschränkt auf Ayurveda

Die Ausbildung zur/m Dipl. Ayurveda Praktiker:in ist eine, in Österreich gesetzlich anerkannte, geregelte *dreijährige Ausbildung*. Sie endet mit einem *Diplom* und der Berechtigung für den Gewerbeschein lt. Massageverordnung, Anlage 4, „Massage, beschränkt auf Ayurveda“.

Der Gewerbeschein berechtigt zur selbstständigen Ausübung der ayurvedischen Massage und diverser Anwendungen an gesunden Menschen und zur Weitergabe der ayurvedischen Gesundheits- und Ernährungslehre.

### **Ausbildung am Nexenhof**

- Modulare Ausbildungsblöcke, Großteils frei einteilbar
- Ausgewählte Theorietemen in Videoformat
- Praxis & Theorie von Anfang an Teil der Ausbildung
- Praxis im Alltag des Ayurveda-Vereins Nexenhof
- Über 20 Jahre Ayurveda Erfahrung
- Kleine Gruppen

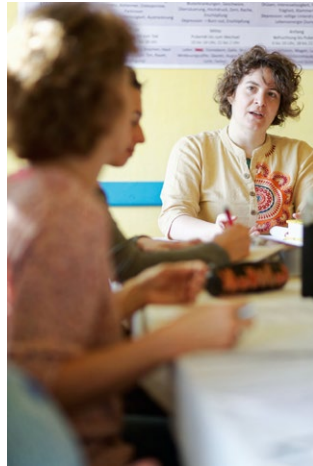
## Modulare Ausbildungsblöcke

Am Beginn der Ausbildung stehen die verpflichtenden Basisblöcke, die Voraussetzung für die Teilnahme an allen anderen Modulen sind. Vor allem ab dem zweiten Jahr können die Module teilweise frei gewählt werden.

## Ausgewählte Theorietemen in Videoformat

Ausgewählte Themen stehen als ca. einstündige Videos zur Verfügung und können jederzeit angesehen werden. Arbeitsblätter zu den einzelnen Videos vertiefen und überprüfen das Gesehene.

2 – 3 Mal im Semester gibt es die Möglichkeit via Zoom Fragen zu den Videos oder anderen erlernten Inhalten zu stellen.



## Praxis & Theorie in kleinen Gruppen

Das Besondere an der Ausbildung im Ayurveda-Verein Nexenhof ist die starke Praxisorientierung, denn Praxis und Theorie sind von Ausbildungsbeginn an verknüpft. Die Student:innen sind in kleinen Gruppen in den Ayurveda Betrieb des Hauses eingebunden. Im Unterricht gehen wir individuell auf Fragen und Bedürfnisse der Student:innen ein, der dadurch lebendig, abwechslungsreich und authentisch ist.

Die Vermittlung des ayurvedischen Wissensschatzes erfolgt in einem kompetenten und familiären, freundschaftlichen Klima.

## Praxiserfahrung und Supervision im Haus

In der Ayurveda-Schule am Nexenhof haben die Student:innen die Möglichkeit, während der Ayurvedatage sowie Pancakarmas ihre praktische Ausbildung und Erfahrung zu machen und so den ayurvedischen Alltag mitzuerleben und zu erlernen. Ganz nach unserem Motto „learning by doing!“.

Unsere Lehre orientiert sich an den alten Schriften. Unsere Kompetenz begründet sich auf mehr als 40 Jahren *Heil-Kunst-Traum-Arbeit* und unserer Erfahrung aus unserem Ayurveda Betrieb seit 1997.

Unser Interesse liegt darin, Ayurveda so authentisch wie möglich in unsere Breiten zu übersetzen. Ayurveda, wie er in Indien gelehrt und gelebt wird, ist für unsere westlichen Verhältnisse nicht immer passend und oftmals gehen die westlichen Vorstellungen und die tatsächliche indische Anwendung in entgegengesetzte Richtung. Es geht uns nicht darum, westliches Wissen durch ayurvedisches zu ersetzen, sondern diese miteinander zu verbinden und zu ergänzen.

Ayur-veda heißt „das Wissen vom Leben“, und deshalb ziehen wir unser Leben hier und jetzt als Grundlage unserer Lehre und Erforschung heran.

Menschen geben das was sie haben. Klarheit, Freude, Selbstliebe, Selbstverantwortlichkeit und Sensibilität sind Voraussetzung für die ayurvedische Arbeit. Die eigene, persönliche Balance ist die Grundlage für die Weitergabe von „Wohl-fühlen“ an Klient:innen. Ayurveda ist eine Lebens- und Gesundheitslehre, in der die Einheit von Körper, Geist und Seele ein Grundprinzip darstellt. Es wird demnach der Mensch immer in seiner Gesamtheit betrachtet, deshalb verlangt die Ayurveda Praxis auch Kenntnis und Wahrnehmung der eigenen Gesamtheit.

Yoga, Wahrnehmungsübungen, ayurvedische Psychotherapie als auch die Entdeckung und Kultivierung der eigenen Fähigkeiten und Kompetenzen sind unsere Wege, um zum rechten Geist des Ayurveda zu gelangen und „selbst-bewusste“ Ayurveda Wohlfühl-Praktiker:innen auszubilden.

Neben der Praxisorientierung macht die starke Betonung der Selbsterfahrung die Ausbildung am Nexenhof so einzigartig.



## Zielgruppe

Alle Menschen, die

- Interesse haben, einen gesetzlich geregelten und anerkannten Massageberuf zu erlernen.
- einen neuen Wohlfühl-Beruf erlernen wollen, der im komplementären Gesundheitsbereich an Bedeutung gewinnt.
- neugierig auf das umfassende, alte Wissen des Ayurveda sind.
- die Wissensden des eigenen Lebens werden wollen und all dies für sich selbst und andere erforschen und anwenden wollen.
- im Wellnessbereich arbeiten wollen.
- in einem Beruf arbeiten wollen, der einer alternativen, ressourcenorientierten Gesunderhaltung und gesundheitlichen Vorsorge dient.
- bereits in Gesundheits-/Heilberufen arbeiten

## Ausbildungsziel

Nach erfolgreich abgeschlossener Ausbildung haben Sie die Möglichkeit und Berechtigung, selbstständig an gesunden Menschen zu arbeiten: Sie haben einen Massageberuf erlernt! Außerdem sind Sie berechtigt, die Grundzüge des ayurvedischen Wissens über Lebensführung, Ernährung, Bewegung und Gesunderhaltung zu vermitteln.

## Diese Ausbildung befähigt zur:

- selbstständigen Arbeit an gesunden Menschen,
- zur Arbeit im Fitness- und Wellness-Spa-Bereich,
- zur Weitergabe von ayurvedischem Wissen.

## Ausbildungsvoraussetzungen

Die Lehrgänge am Nexenhof erfordern körperliche und geistige Gesundheit, eine hohe Lernbereitschaft, Teamfähigkeit, Belastbarkeit und Eigenständigkeit. Die Teilnehmer:innen müssen geistige und spirituelle Offenheit mitbringen und fähig sein, vorübergehend in einer Gruppe zu leben.

An einem Schnuppertag am Nexenhof können Sie unser Haus und unsere Arbeit kennen lernen.

## Lehrinhalte

### Theorie

- Einführung und Übersicht Ayurveda
- Der Gesundheitsbegriff im Ayurveda
- Tridosha-s (Vata, Pitta, Kapha)
- Intensive Auseinandersetzung mit den Grundprinzipien des Ayurveda
- Tägliche Routine im Ayurveda
- Die Verdauung und Ama
- Ernährungsprinzipien
- Die sechs Geschmäcker, Rasa-s
- Die drei Ausscheidungen, Mala-s
- Die sieben Gewebe, Dhatu-s
- Die zwanzig Eigenschaften, Guna-s
- Subdosha-s
- Nahrungsergänzungsmittel, Gewürze, Kräuter
- Wirkung der ayurvedischen Hilfsmittel
- Ayurvedische und einheimische Kräuterkunde
- Öle
- Ama in den einzelnen Dosha-s
- Ayurvedische Anatomie und Physiologie
- Ethik und Dokumentation
- Ayurvedische Anwendungen, Indikationen und Kontraindikationen
- Vertiefung in die Anwendungsmethoden und Körperlesen
- Chakra-s
- Ayurvedische Psychologie und Therapiekonzepte
- Philosophie / Yoga-Philosophie
- Sanskrit Einführung





### Praxis und Theorie

- Erlernen und Üben der ayurvedischen Synchronmassage (= Abhyanga) für den ganzen Körper und das Gesicht als auch der Einzelmassage
- Erlernen und Üben der südindischen Meridian-Marma-Massage (= Kalari)
- Ayurvedische Ölanwendungen für den ganzen Körper, sowie einzelner Körperteile (Kopf, Gesicht, Nase, Ohren, Augen, Füße; z.B. Stirnguss = Shirodhara)
- Pulveranwendungen (= Udvartan)
- Stempelmassage (= Potali)
- Umschläge (= Lepa)
- Schwitzanwendungen
- Herstellung ayurvedischer Anwendungsöle, Pulver, Umschläge, Ghees, Tees, Masken, Kajals u.a.
- Kochlehre, Herstellung ayurvedischer Getreide- und Gemüsespeisen, Suppen und Getränke
- Kräuterkunde in der Praxis
- Körperlesen
- Führen von Klient:innengesprächen
- Kompetente Wissensvermittlung des Ayurveda an Interessent:innen

### Allgemein

- Vor- und Nachbereitung der Anwendungen
- Anwendung des Erlerntes in der Praxis
- Meridianlehre, Marmapunkte, Faszienlehre
- Meditationstheorie bzw Wahrnehmungsübungen und Praxis
- Entwicklung des UnternehmerInnengeistes, wie schaffe ich mir Selbstständigkeit

### Yoga und Pranayama

- Yoga als Bestandteil der ayurvedischen Lehre
- Pranayama - verschiedene yogische Atemtechniken
- Praxis und Philosophie des Yoga

### Schulmedizinische Grundlagen

Die Schulmedizinischen Grundlagen finden in Kooperation mit dem Veda Vital Institut in Wien statt.

- Anatomie
- Pathologie
- Physiologie
- Hygiene

### Erste Hilfe-Kurs

Der Erste Hilfe-Kurs kann bei allen dafür berechtigten Institutionen absolviert werden, wie z.B. Rotes Kreuz.



## Lehrplan

Die gesamte theoretische und praktische Ausbildung umfasst ca. 765 Ausbildungsstunden in Form der Lehre, Selbststudium und Abschlussarbeit und Praxis.

Zudem müssen mindestens 150 Einzelanwendungen protokolliert nachgewiesen werden, davon werden 70% bei uns im Haus absolviert.

Die Ausbildungsdauer beträgt drei Jahre.

## Modulares System

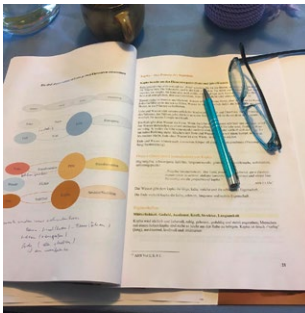
- 4 Basismodule (verpflichtend im ersten Jahr)
- 14 Aufbau module
- 15 in Videos aufbereitete Themen

Am Beginn der Ausbildung stehen vier Basismodule, die Voraussetzung für die Teilnahme an den weiteren Aufbau modulen sind. Nach den Basismodulen können die weiteren Module teilweise frei eingeteilt werden, wobei die meisten Module alle zwei Jahre angeboten werden.

Wir empfehlen einen Großteil der Praxismodule im ersten Jahr zu absolvieren, um im 2. und 3. Jahr genügend Zeit für Praktikum und die protokollierten Anwendungen zu haben.

## Praktikum

Insgesamt sind 26 Praxistage während der Ayurvedatage bzw. Pancakarmas am Nexenhof zu besuchen, um die protokollierten Anwendungen zu absolvieren. Das Praktikum ist kostenfrei und kann in Absprache zeitlich frei gewählt werden.



## Abschlussarbeit

Die Abschlussarbeit wird zu einem selbst gewählten, Ayurveda relevanten Thema geschrieben und sollte etwa 20 Seiten umfassen. Präsentation und Diskussion bei der Abschlussprüfung.

## Prüfungen

Im 1. Jahr: Eine schriftliche Zwischenprüfung zu den Basismodulen.

Im 3. Jahr: Individuelle Einzelabnahme der Praxisprüfungen, schriftliche Abschlussprüfung, Demonstration eines Klient:innen-Gesprächs, Stegreifvortrag zu ausgewählten Themen.

## Schulmedizinische Grundlagen

Die Schulmedizinischen Grundlagen finden in Kooperation mit dem Veda Vital Institut in Wien statt. Der nächste Kurs wird im September 2025 stattfinden. Die Anmeldung erfolgt direkt über das Veda Vital in Wien.

## Voraussetzung zum erfolgreichen Abschluss

- Erfolgreicher Abschluss der Zwischenprüfung nach dem ersten Jahr (Inhalt: Basisblöcke)
- Ausarbeitung und Abgabe der Arbeitsblätter zu den einzelnen Videos
- Nachweis aller Pflichtveranstaltungen (siehe oben)
- Nachweis von 150 protokollierten ayurvedischen Anwendungen (davon 70% am Nexenhof im Rahmen der Praxiseinheiten; 50 Anwendungen müssen von den Lehrer:innen bzw. Assistent:innen des Nexenhofs supervidiert sein)
- Nachweis der schulmedizinischen Anforderungen
- Nachweis des Erste-Hilfe-Kurses
- Abschlussarbeit zu einem ayurvedischen Thema und deren Präsentation mit anschließender Diskussion
- Erfolgreicher Abschluss der praktischen, schriftlichen und mündlichen Prüfung

Nach erfolgreichem Abschluss stellen wir ein Diplom Ayurveda Wohlfühlpraktiker:in aus.

Die Ausstellung des Gewerbescheines erfolgt durch die jeweilige Gewerbebehörde.

## Kosten<sup>1</sup>

		insgesamt
Jahresbeitrag*	€ 3.500,00	€ 10.500,00
Mitgliedsbeitrag/Ausbildungsjahr	€ 100,00	€ 300,00
Kurs Medizinische Grundlagen (Veda Vital)		€ 1.750,00 (Angabe lt. Veda Vital**)
Erste Hilfe Kurs		ca. € 75,00

<sup>1</sup> Die Preise enthalten 0% MwSt: Steuerbefreiung gemäß §6 Abs 1 Z 11 lit A UstG

\* der Jahresbeitrag beinhaltet die administrative Betreuung, Skripten, Öle und Materialien für die Anwendungen als auch die betreuten Praktika am Nexenhof

\*\* <https://www.vedavital.at/ausbildung-weiterbildung/ausbildung.php>

## Storno

Bei Rücktritt bis zu einem Monat vor Ausbildungsbeginn erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von EUR 200,00, danach wird die halbe Jahresgebühr erhoben. Bei Abmeldung ab Ausbildungsbeginn ist im jeweiligen Jahr die gesamte Jahresgebühr zu entrichten. Für den Fall, dass wir das Seminar aus wichtigem Grund absagen müssen (z.B. Erkrankung des/der Dozenten/-in, geringe Teilnehmer- Innenzahl), erstatten wir die gesamte Gebühr zurück. Andere Ansprüche können nicht geltend gemacht werden.

## Information Und Anmeldung

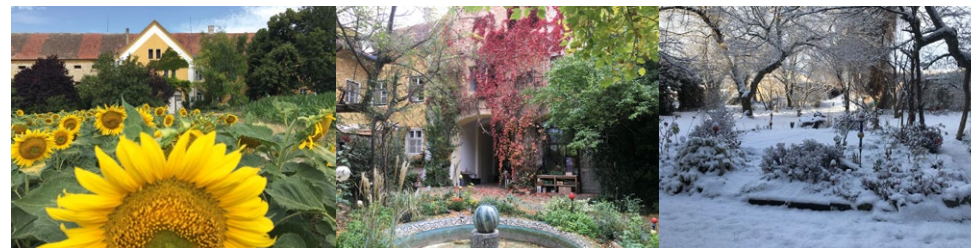
Termine und Lehrplan auf Anfrage per Email, Telefon unter 0676 737 24 46

## Informationsgespräch

in Wien bei Leona Mörth-Nicola:  
telefonische Terminvereinbarung unter  
0676-3587768 bzw. unter [leona.moerth@gmail.com](mailto:leona.moerth@gmail.com)

## Schnuppertag

Es ist möglich, am Nexenhof einen Schnuppertag zu machen (Termin auf Anfrage unter 0676 737 24 46 oder per Email: [nexenhof@ayurveda-verein.at](mailto:nexenhof@ayurveda-verein.at) – keine Kosten).



## Kollegium

**Britta Herrmann:** Dozentin für Ayurveda und ayurvedische Philosophie, Yogalehrerin, Leitung des Seminarbetriebes und der ayurvedischen Anwendungen

Co-Leiterin der Ausbildungen und Weiterbildungen, Kassierin des Ayurveda-Vereins Nexenhof

**Mag<sup>a</sup> Dr<sup>in</sup> phil Leona Mörth-Nicola:** Religionswissenschaftlerin, Co-Leiterin der Ausbildungen und Weiterbildungen. Yogalehrerin, Erwachsenentrainerin, Lebens- und Sozialberaterin

Obfrau des Ayurveda-Verein Nexenhof und Obfrau des ÖBA, Österreichischer Berufsverband für Ayurveda

**Mag<sup>a</sup> pharm Renata Mörth:** Psychotherapeutin, Ayurveda Dozentin, Ayurvedische Psychosophie, Autorin.

Gründerin und Seniorleiterin des Ayurvedahauses Nexenhof

**Gabriele Bodei:** Organisation und Leitungsassistentin, Lehrassistentin, Dipl. Ayurveda Praktikerin

**Mag. Claudia Hufnagl:** Dipl. Ayurveda Praktikerin, Lehrassistentin und Praktikumsbetreuung, Zertifizierte Waldbadentrainerin nach Shinrinryoga, Expertin für Trinkwasseraufbereitung

**Mag<sup>a</sup> Rita Longin:** Ernährungswissenschaftlerin, Dipl. Ayurveda Praktikerin

**Arch. Mariedl Kleemann:** Lehrassistentin Ayurveda

**Silke Petter:** Dipl. Ayurveda Praktikerin, Dipl. Fastentrainerin, Praktikumsbetreuung

**Manfred Ruckensteiner:** Dipl. Ayurveda Praktiker

**Evelyn Zielka:** Dipl. Ayurveda Praktikerin, TEM-kundige, Lehrassistentin und Praktikumsbetreuung

A-2041 Grund 100  
Tel: +43 664 737 24 46  
E-Mail: [nexenhof@ayurveda-verein.at](mailto:nexenhof@ayurveda-verein.at)  
[www.ayurveda-verein.at](http://www.ayurveda-verein.at)

IBAN: AT84 2011 1805 2532 3100  
SWIFT/BIC CODE: GIBAATWWXXX  
UID: 65397233

