



FOCUS ESTONIA

FOCUS ON HEALTH

Õppekava nimetus:	Holistilise Tšakra massaaži koolitus
Õppekavarühm:	teraapia ja taastusravi
Õppe kogumaht, sealhulgas auditoorse, praktilise ja iseseisva töö osakaal:	40 akadeemilist tundi, s.h teoreetiline ja praktiline õpe, millest 32 tundi kontaktõpet ja 8 tundi iseseisvat tööd
Õpiväljundid:	<ul style="list-style-type: none">• Tunneb tšakrate tööd ja nende mõju füüsilisele ja emotsionaalsele seisundile• Oskab rakendada Aura-Soma värviteraapiat tšakrate tasakaalustamiseks• Suudab läbi viia tšakra massaaži, kasutades energiatega ja värvide vahendamist• Mõistab massaaži rolli holistilises tervendamises
Õppe sisu:	<ul style="list-style-type: none">• Tšakrate töö ja toimimine: Tšakrate blokeeringud, organite süsteemide ja emotsioonide seosed• Seitsme värvikiire sõnumid: Tšakra töö taastamiseks. Aura ja ingli tasandid• Kuidas valmistada ennast ette kliendiga tööks: Energiatega ja värvide vahendamine• Aura-Soma tšakra tasakaalu õlide kasutus: Pomandareid aura tasandil, värvide, taimede ja kristallide tunnetamine ja vaatluse kaudu

	<ul style="list-style-type: none"> • Õppetöö paarides: Iga osaleja saab tunda protseduuri võimsat taastavat toimet • Seitsme tšakra tasakaalustamine: Füüsilisel tasandil, aura tasandil ja kristallide kasutamine igal tasandil • Mänguline osa: Õppimine ennast paremini tunnetama läbi värvide
Sihtgrupp:	Tegutsevad massöörid, Reiki praktiseerijad ja terapeutid, kes töötavad inimestega ning kõik, kes soovivad omandada tšakra massaaži põhioskusi.
Õppekeskkonna kirjeldus:	õpe toimub Focus Estonia koolitusasutuses, milles on loodud tingimused antud õppe läbiviimiseks koos kõigi vajalike vahenditega (massaažilauad, toolid, arvuti, ekraan, rätikud, jalarullis, kätepaber, desinfitseerimisvahend)
Õppematerjalide loend:	Koolitaja poolt koostatud konspekt ja Aura-Soma tooted
Lõpetamise tingimused ja väljastatavad dokumendid:	koolitusel õpiväljundid omandanud ning hindamise läbinud õppijale väljastatakse tunnistus. Hindamisel mitteosalenud või hindamist mitte läbinud õppijale väljastatakse tõend.

Koolituse viib läbi **Kristiina Kärkkänen**