

# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>	요가 아유르베다 2급 지도자 과정					
<b>담당강사</b>	김태은	<b>E-mail</b>	kte7025@naver.com			
<b>교육기간</b>	총 8주	<b>교육시간</b>	매주 화요일 14:30 ~ 16:30(총 12시간)			
<b>강좌개요 (소개)</b>	인도 아유르베다는 몸과 마음과 정신을 건강하게 하는 자연 힐링 요법이다. -개인의 체질에 따른 아유르베다 도표 만들기					
<b>수업교재</b>						
<b>주</b>	<b>날짜</b>	<b>강의내용</b>	<b>강사명</b>	<b>사용 기자재</b>	<b>수강생 준비물</b>	<b>비고</b>
1	9/10	오리엔테이션과 요가아유르베다 개요	김태은			
2	9/17	3도샤(바타,피타,카파)개인체질	김태은			
3	9/24	개인체질 분석표 만들기	김태은			
4	10/01	요가와 척추	김태은			
5	10/08	체질에 맞는 허브 차	김태은			
6	10/15	아유르베다 허브 종류와 효능	김태은			
7	10/22	아유르베다 판차까르마 나스얌 요법( 호흡 순환원활)	김태은			
8	10/29	총론과 수료식	김태은			