

# Angewandte Marmalehre

Praxisorientierter Marma-Workshop aus der Ayushakti  
Tradition mit Vaidya Meera Soni



**21. – 23. Februar 2025**

(Fr. 17:00-20:00, Sa 9:30-18:00, So 9:30-15:00)

Dieser Workshop bietet eine fundierte Einführung in die Marmalehre, einen wichtigen Aspekt der ayurvedischen Heilkunde und intensive Praxis. Die Marma-Punkte gelten als energetische Schlüsselstellen des Körpers, die Gesundheit und Wohlbefinden fördern können.

**Im Rahmen des Wochenendes werden folgende Inhalte vermittelt:**

Grundlagen der Marmalehre und ihre Bedeutung im Ayurveda

Praktische Techniken zur gezielten Stimulation der Punkte zu bestimmten Symptomen bzw. Themen inkl. Einsatz von Hausmitteln wie z.B. bei:

- Rückenschmerzen
- Kopfschmerzen
- Gelenksschmerzen
- Frozen Shoulder
- Bluthochdruck
- Blasenprobleme
- Blasenprobleme
- Stress
- Emotionale Themen

## Die Referentin:

**Meera Soni** ist eine renommierte Ayurveda-Ärztin aus England mit über 15 Jahren Erfahrung. Ihre Ausbildung begann in Indien bei der traditionsreichen Ayushakti-Schule in Mumbai, unter der Leitung von Dr. Naram. Mit ihrer Expertise bringt sie die Prinzipien des Ayurveda auf praktische Weise in den Alltag.



Kosten: € 396,- (€ 360,- für ÖBA Mitglieder)



Anmeldung: [VedaVital\\_office@vedavital.at](mailto:VedaVital_office@vedavital.at) oder 01 890 40 50



Ort: VedaVital, 1130 Wien, Altgasse 23/8