



Contents

English Version 2

Version Française 7

10 Days Advanced Ayurvedic Therapy Immersion Program

In the Heart of Ayurveda – Varkala, India

Learn – Practice – Live Ayurveda

(Programme avancé d'immersion de 10 jours en thérapie ayurvédique)

Au cœur de l'Ayurveda – Varkala, Inde

Apprendre – Pratiquer – Vivre l'Ayurveda)

Directors: Dr.Yadun MR & Dr.Vaisakh MR

Our Branches: Varkala ★ Kovalam ★ Panchalimedu ★ Parippally

English Version

Immerse Yourself in the Living Tradition of Ayurveda

Join **Dr. Yadun M.R.** in **Varkala, Kerala** for an authentic Ayurvedic training experience that blends tradition with hands-on learning. Since 2018, Dr. Yadun—renowned for his extensive experience in conducting body therapy workshops—along with his expert team, has welcomed students and practitioners from across the globe to participate in immersive internships. These programs offer a rich combination of **clinical observation**, **practical training**, and **cultural exchange**, providing participants with a deep and holistic understanding of Ayurveda in its true, living form.

The program is hosted at **Panackal Ayurveda Centre**, a renowned institution carrying over 120 years of Ayurvedic wisdom passed down through four generations of the Panackal family. Founded by the legendary Vaidyan Sri Panackal Parameswaran Pillai, the centre offers traditional treatments, specialised therapies, and short-term courses in the heart of Kerala's serene landscapes — from the shores of Varkala beach to the mountains of Panchalimedu.

Guided by a team of skilled Ayurvedic doctors, all descendants of the Panackal lineage, participants gain real-world exposure to diverse branches of Ayurveda while upholding the sincerity, dedication, and traditional values instilled by their mentors, Dr. Ramachandran Panackal and Dr. Maidhilikutty.

✦ Prerequisites

Applicants should meet at least one of the following criteria:

- Certified **massage therapists**
- Currently enrolled in a recognized Ayurvedic institution, pursuing certification as an **Ayurvedic Wellness Practitioner**
- Graduates from an authentic Ayurvedic school as **Ayurvedic Wellness Practitioners**
- Actively practicing as **Ayurvedic Wellness Practitioners**



✦ Key objectives

- **Master the Art of Touch**

Elevate your technique through intensive, hands-on training guided by seasoned Ayurvedic practitioners. Learn the subtle language of the body and how to respond with precision and care.

- **Unlock the Power of Pressure**

Discover how therapeutic touch varies across body regions & individuals — and how to apply pressure with intention, sensitivity, and skill to activate healing responses.

- **Work with Sacred Oils and Medicines**

Dive deep into the application of **tailams** (medicated oils) and other traditional formulations. Understand their properties and therapeutic uses across a range of treatments.

✦ Format & duration

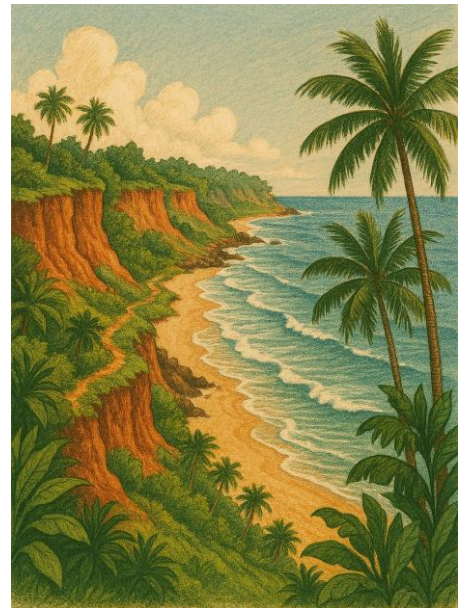
- **Training Style:** Group training with hands-on practice and observation
- **Maximum Capacity:** 18 participants
- **Duration:** 13days (including arrival and departure days)
- **Training Days:** 10 full days of study and practice

✦ Training Location

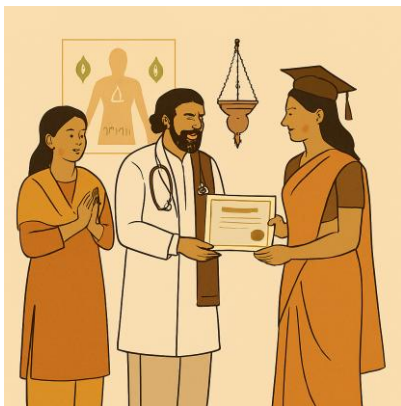
- **Primary Venue:** Dr. Ramachandra's Panackal Ayurveda, Varkala, Kerala
- Additional sessions may be conducted in a dedicated rented space to accommodate group learning and clinical activities

✦ Date

- **12th to 24th February 2026**



✦ Inclusion



- Comprehensive educational materials
- Certificate of Completion
- Daily yoga, meditation, and mantra chanting sessions (10 days)
- 12nights' accommodation (single or shared)
- Daily breakfast and lunch
- French interpreter during training hours (experienced in Ayurvedic terminology)



✦ Program outline

Elevate Your Ayurvedic Mastery

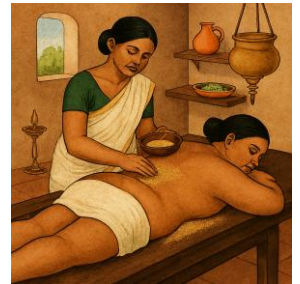
This advanced training is crafted for practitioners ready to deepen their skills, refine their techniques, and embody the healing wisdom of Ayurveda through immersive, hands-on learning.

🌸 Abhyanga – The Art of Therapeutic Touch

- Discover **new sequences and strokes** to deepen the healing potential of Abhyanga
- Master the art of **adjusting pressure and technique** according to individual needs and specific body regions
- Develop a deeper understanding of the body's **muscular and skeletal** structures
- Refine your **hand posture and placement** to deliver more intentional, effective touch
- Gain insight into the selection and therapeutic applications of various *thailams* (medicated oils)

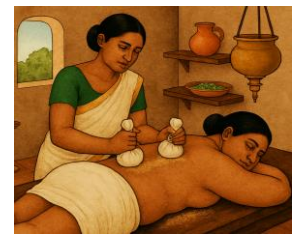
🌿 Udwarthanam – Revitalising Herbal Powder Massage

- Discover **innovative strokes and sequences** for Udwarthanam
- Tailor your approach to suit **different body constitutions and therapeutic goals**
- Gain insight into the **properties and indications** of specific **choornams** (herbal powders)



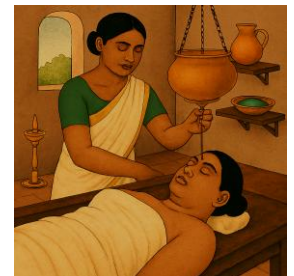
🔥 Pinda Sweda – Mastering Herbal Bolus Therapies

- Refine your technique in applying **pinda** using **thailam, dhanyamlam, and sand**
- Learn to **select and prepare medicaments** based on therapeutic needs
- Hands-on preparation of **lemon pinda, egg pinda**, and the revered **Njavara Kizhi** (red rice bolus with milk and decoction)



💧 Sirodhara – The Flow of Conscious Healing

- Perfect the **application technique** for Sirodhara
- Prepare and apply **decoctions, milk-based dharas, and takra dhara**
- Understand the **indications and formulation choices** for various conditions



🌸 Kayasekam – Kashaya dhara - Pizhichil

- Deepen your expertise in the **art of dhara**, focusing on both localized and full-body applications
- Learn to skilfully administer *Kashaya* (herbal decoctions) and *Tailam* (medicated oils) to maximize therapeutic impact



✦ Program flow

- **12th Feb 2026**– Arrival
- **13th Feb 2026**– Optional rest or city tour of Trivandrum (supplement)
- **14th to 23rd Feb 2026** – 10 consecutive days of training
- **24th Feb 2026** – Departure

This program is designed to be both intensive and immersive. Each day offers a diverse range of learning experiences; however, the exact content, curriculum, and structure may vary depending on the patients in residence, visiting for consultations, and other situational factors.

✦ Sample day

- 🕒 **6:00 AM** –Yoga, meditation & mantra chanting
- 🍽️ **7:30 AM** –Breakfast
- 🌞 **9:30 AM** – Morning session
- 🍽️ **12:30 PM** – Lunch
- 🕒 **2:00 PM** – Afternoon session
- 🕒 **5:00 PM** – Closing of the day



🌅 Evening Suggestions

- 🚶 Walk along **Varkala Cliff**
- 🏊 Swim in the **Arabian Sea**
- 🌅 Watch the **sunset**
- 🍽️ Enjoy a **nourishing dinner** overlooking the ocean

This is a sample schedule. Actual timing, content, and structure may vary depending on situational need

✦ Team of Doctors

• Chief Trainers

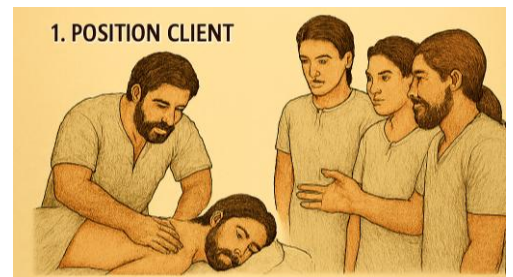
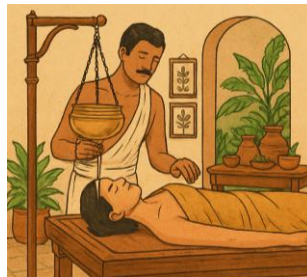
- **Dr Yadun MR**
- **Dr Vaisakh MR**
- **Dr Akhila UP**
- **Dr Augustine Jose Gama**

• Associate trainers

- **Dr Aleena Raj**
- **Dr Aleeya Raj**
- **Dr Amith MP**

✦ Price

- For shared accommodation – **€ 1400 (One Thousand four Hundred)**
- For single accommodation – **€ 1520 (One Thousand Five Hundred and Twenty)**



✦ Important Information

- Accommodation will be arranged in guesthouses or hotels located 500–800 meters from the clinic. Rooms will be standard, non-air-conditioned.
- Each participant is responsible for arranging their own travel, including flights, visas, insurance, and any other necessary documentation.
- Our team is available to provide advice and guidance as needed.
- We strongly recommend that you thoroughly check the entry requirements for the country before departure and ensure you have appropriate travel insurance.
- **Nearest airport:** Thiruvananthapuram International Airport (TRV).

✦ Photos Gallery

[Click here](#) to access the google drive with photos of the previous training sessions.

✦ Contact

Email

panackalayurveda@gmail.com
dr.yadun@yahoo.com

WhatsApp

+91 808 62 88 477
+91 808 65 88 477

NB:

- Transportation charges are not included in the given price.
- Please contact us for customized packages to meet your specific requirements.
- All the price and details valid till May 2026.

✦ Cancellation policy

- More than 61 days before the arrival date, no penalty will be applied
- From 60 to 30 days before the arrival date, 30% of the total cost will be retained
- From 30 to 15 days before the arrival date, 50% of the total cost will be retained
- From 15 days before the arrival date, 100% of the total cost will be retained
- In the event of a genuine medical emergency, refunds may be granted at the discretion of management.



Version Française

Immergez-vous dans la tradition vivante de l'Ayurveda

Rejoignez le **Dr Yadun M.R.** à **Varkala, dans le Kerala**, pour une expérience de formation ayurvédique authentique qui allie tradition et apprentissage pratique. Depuis 2018, le Dr Yadun, réputé pour sa large expérience dans l'animation d'ateliers de thérapie corporelle, et son équipe d'experts, ont accueilli des étudiants et des praticiens du monde entier pour participer à des stages immersifs. Ces programmes offrent une riche combinaison d'**observation clinique**, de **formation pratique** et d'**échange culturel**, offrant aux participants une compréhension profonde et holistique de l'Ayurveda dans sa forme véritable et vivante.

Le programme est hébergé au **Centre Ayurvédique Panackal**, une institution renommée portant plus de 120 ans de sagesse ayurvédique transmise à travers quatre générations de la famille Panackal. Fondé par le légendaire Vaidyan Sri Panackal Parameswaran Pillai, le centre propose des traitements traditionnels, des thérapies spécialisées et des cours de courte durée au cœur des paysages sereins du Kerala, des rives de la plage de Varkala aux montagnes de Panchalimedu.

Guidés par une équipe de médecins ayurvédiques qualifiés, tous descendants de la lignée Panackal, les participants acquièrent une expérience concrète des diverses branches de l'Ayurveda à travers la sincérité, le dévouement et les valeurs traditionnelles inculquées par leurs mentors, le Dr Ramachandran Panackal et le Dr Maidhilikutty.

✦ Conditions préalables

Les candidats doivent répondre à au moins un des critères suivants :

- Massothérapeutes **certifiés**
- Actuellement inscrit dans une institution ayurvédique reconnue, cherchant à obtenir une certification en tant que **praticien bien-être ayurvédique**
- Diplômés d'une authentique école ayurvédique en tant que **praticiens bien-être ayurvédique**
- Pratiquant activement en tant que **praticiens bien-être ayurvédique**



✦ Objectifs clés

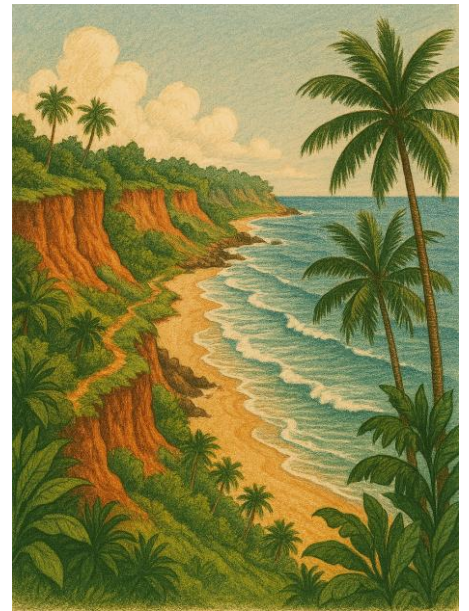
- **Maîtrisez l'art du toucher**
Améliorez votre technique grâce à une formation intensive et pratique guidée par des praticiens ayurvédiques chevronnés. Apprenez le langage subtil du corps et comment réagir avec précision et attention.
- **Libérez le pouvoir de la pression**
Découvrez comment le toucher thérapeutique varie selon les régions du corps et les individus, et comment appliquer une pression avec intention, sensibilité et habileté pour activer les réponses de guérison.
- **Travaillez avec des huiles sacrées et des préparations traditionnelles**
Plongez dans l'application des **tailams** (huiles médicamenteuses) et d'autres formulations traditionnelles. Comprenez leurs propriétés et leurs utilisations thérapeutiques à travers une large gamme de traitements.

✦ Format et durée

- **Style de formation** : Formation en groupe avec pratique et observation
- **Capacité maximale** : 18 participants
- **Durée** : 13 jours (y compris les jours d'arrivée et de départ)
- **Journées de formation** : 10 jours complets d'étude et de pratique

✦ Lieu de formation

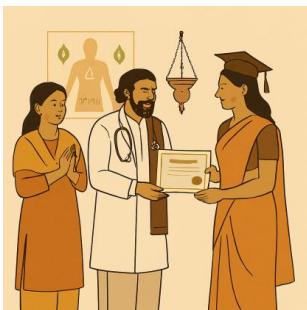
- **Lieu principal** : Dr. Ramachandra's Panackal Ayurveda, Varkala, Kerala
- Des séances supplémentaires peuvent être organisées dans un espace loué dédié pour permettre l'apprentissage en groupe et les activités cliniques



✦ Date

- Du 12 au 24 février 2026

✦ Inclusion



- Matériel pédagogique complet
- Certificat d'achèvement
- Séances quotidiennes de yoga, de méditation et de chant de mantras (10 jours)
- 12 nuits d'hébergement (individuelle ou partagée)
- Petit-déjeuner et déjeuner quotidiens
- Interprète français pendant les heures de formation (expérimenté en terminologie ayurvédique)



✦ Aperçu du programme

Élevez votre maîtrise ayurvédique

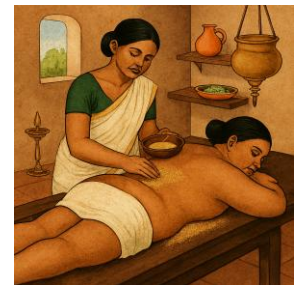
Cette formation avancée est conçue pour les praticiens prêts à approfondir leurs compétences, à affiner leurs techniques et à incarner la sagesse de guérison de l'Ayurveda grâce à un apprentissage immersif et pratique.

🌸 Abhyanga – L'art du toucher thérapeutique

- Découvrez **de nouvelles séquences et de nouveaux mouvements** pour approfondir le potentiel de guérison de l'Abhyanga
- Maîtrisez l'art d'**ajuster la pression et la technique** en fonction des besoins individuels et des régions spécifiques du corps
- Développer une compréhension plus profonde des **structures** musculaires et squelettiques du corps
- Affinez la **posture et le placement de votre main** pour offrir un toucher plus intentionnel et plus efficace
- Obtenez un aperçu de la sélection et des applications thérapeutiques de divers **thailams** (huiles médicamenteuses)

🌿 Udwarthanam – Massage revitalisant à la poudre d'herbes

- Découvrez **des techniques et des séquences innovantes** pour Udwarthanam
- Adaptez votre approche aux **différentes constitutions corporelles et objectifs thérapeutiques**
- Obtenez un aperçu des **propriétés et des indications** de **choornams** spécifiques (poudres à base de plantes)



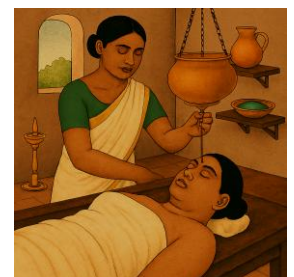
🔥 Pinda Sweda – Maîtrisez les thérapies à base de plantes bolus

- Affinez votre technique d'application du **pinda** à l'aide de **tailams, de dhanyamlam et de sable**
- Apprenez à **sélectionner et à préparer des médicaments** en fonction des besoins thérapeutiques
- Préparation pratique du **pinda au citron**, du **pinda aux œufs** et du vénéré **Njavara Kizhi** (bolus de riz rouge avec du lait et de la décoction)



💧 Sirodhara – Le flux de la guérison consciente

- Parfaire la technique d'**application** pour Sirodhara
- Préparez et appliquez des **décoctions, des dharas à base de lait et des takra dhara**
- Comprenez les **indications et les choix de formulation** pour diverses affections



🌸 Kayasekam – Kashaya dhara - Pizhichil

- Approfondissez votre expertise dans l'**art du dhara**, en vous concentrant à la fois sur les applications localisées et sur l'ensemble du corps

- Apprenez à administrer habilement le *Kashaya* (décoctions de plantes) et le *Tailam* (huiles médicamenteuses) pour maximiser l'impact thérapeutique

✦ Déroulement du programme

- **12 février 2026** – Arrivée
- **13 février 2026** – Repos ou visite en option de la ville de Trivandrum (en supplément)
- **Du 14 au 23 février 2026** – 10 jours consécutifs de formation
- **24 février 2026** – Départ

Ce programme est conçu pour être à la fois intensif et immersif. Chaque jour offre un large éventail d'expériences d'apprentissage. Cependant, le contenu exact, le programme et la structure peuvent varier en fonction des patients en résidence, des consultations et d'autres facteurs circonstanciels.

✦ Structure d'entraînement quotidienne

6 heures d'enseignement pratique intensif

- **Matin** : 9 h 30 – 12 h 30
- **Après-midi** : 14h00 – 17h00

✦ Journée type

- 🧘 **6h00** – Yoga, méditation et chant de mantras
- 🍽️ **7h30** – Petit-déjeuner
- ☀️ **9 h 30** – Séance du matin
- 🍽️ **12 h 30** – Déjeuner
- 🧘 **14h00** – Séance de l'après-midi
- 🔔 **17h00** – Clôture de la journée



🌅 Suggestions de soirée

- 🚶 Promenade le long de la falaise de Varkala
- 🌊 Nager dans la mer d'Arabie
- 🌅 Regarder le coucher de soleil
- 🍽️ Profitez d'un dîner nourrissant avec vue sur l'océan

Il s'agit d'un exemple de calendrier. Le moment, le contenu et la structure réels peuvent varier en fonction des besoins de la situation

✦ Équipe de médecins

• Formateurs principaux

- Dr Yadun MR
- Dr Vaisakh MR
- Dr Akhila UP
- Dr Augustine Jose Gama

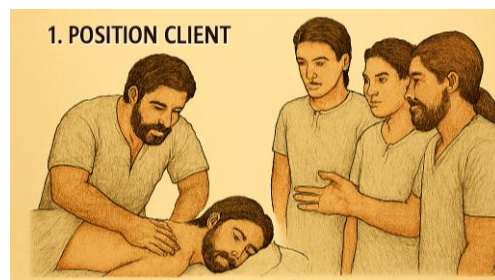
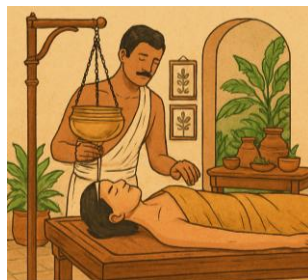
• Formateurs associés

- Dr Aleena Raj
- Dr Aleeja Raj
- Dr Amith, MP

✦ Prix

- Pour un logement partagé – **1400 € (Mille quatre Cents)**
- Pour un logement simple – **1520 € (mille cinq cent vingt)**





✦ Informations importantes

- L'hébergement sera organisé dans des maisons d'hôtes ou des hôtels situés entre 500 et 800 mètres de la clinique. Les chambres seront standard, non climatisées.
- Chaque participant est responsable de l'organisation de son propre voyage, y compris les vols, les visas, les assurances et tout autre document nécessaire.
- Notre équipe est disponible pour vous conseiller et vous guider au besoin.
- Nous vous recommandons vivement de vérifier soigneusement les conditions d'entrée dans le pays avant le départ et de vous assurer que vous avez une assurance voyage appropriée.
- **Aéroport le plus proche** : Aéroport international de Thiruvananthapuram (TRV).

✦ Galerie de photos

[Cliquez ici](#) Pour accéder au Google Drive avec des photos des sessions de formation précédentes.

✦ Contact

E-mail

panackalayurveda@gmail.com

dr.yadun@yahoo.com

WhatsApp

+91 808 62 88 477

+91 808 65 88 477

✦ Remarque

- Les frais de transport ne sont pas inclus dans le prix indiqué.
- Veuillez nous contacter pour des forfaits personnalisés qui répondront à vos besoins spécifiques.
- Tous les prix et détails sont valables jusqu'en mai 2026.

✦ Politique d'annulation

- Plus de 61 jours avant la date d'arrivée, aucune pénalité ne sera appliquée
- De 60 à 30 jours avant la date d'arrivée, 30 % du montant total sera retenu
- De 30 à 15 jours avant la date d'arrivée, 50 % du montant total sera retenu
- À partir de 15 jours avant la date d'arrivée, 100 % du coût total sera retenu
- En cas d'urgence médicale avérée, des remboursements peuvent être accordés à la discrétion de la direction.



Une unité de PANACKAL AYURVEDA PRIVATE LIMITED
Thiruvananthapuram, Kerala- 695584, CIN :- U24290KL2019PTC057249
panackalayurveda@gmail.com, Tel : +91 808 62 88 477

