



Iyengar® Yoga Seminar

Matthias
Kärcher

Zertifizierter Iyengar® Yogalehrer

Tuttlingen

12./ 13. Oktober 2018

In Kooperation mit
Yoga Tuttlingen

Schillerstrasse 33
78532 Tuttlingen

Klassifikation der Asanas & Grundlagen des systematischen Sequenzaufbaus

Neben dem langen Verweilen in den Asanas (Timing) und der präzisen Ausrichtung (Alignment) bildet das sinnvolle Aneinanderreihen von Stellungen (Sequencing) eine weitere, wichtige Säule im Iyengar® Yoga.

Der Schwerpunkt des Seminars befasst sich mit Klassifikation der Asanas und erklärt anhand praktischer Übungseinheiten, wie das „Konzept“ Iyengar® Yoga strukturiert und aufgebaut ist. Schritt für Schritt werden die verschiedenen Asana-Kategorien betrachtet und mit theoretischen, anatomischen und philosophischen Elementen ergänzt. So wird der Gesamtzusammenhang dieses komplexen Systems leichter verständlich.

Eine Einführung zu den wichtigsten Grundlagen des systematischen Sequenzaufbaus runden den Workshop ab.

Das Seminar setzt Iyengar® Yoga-Kenntnisse voraus.

Freitag, 12.10.2018 18.00 – 20.30 Uhr

Samstag, 13.10.2018 09.30 – 12.30 Uhr
Mittagspause
15.00 – 18.00 Uhr

Seminargebühr **130,00 €** (einzelne Blöcke auf Anfrage)
Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen

Matthias Kärcher

Ich bin zertifizierter Iyengar® Yogalehrer, lebe in Berlin und entwickle für Privatschüler, Kleingruppen und Institutionen individuelle Unterrichtskonzepte. Darüber hinaus biete ich Workshops zu unterschiedlichen Schwerpunkt-Themen an und organisiere Yoga-Reisen. Ein wichtiger Fokus meiner Arbeit ist die Spezialisierung auf Berufsmusiker der Klassischen Musik. Hier arbeite ich mit Orchestern, Akademien und Hochschulen zusammen, halte Vorträge und bin Privatlehrer für Gesangs- und Instrumental-Solisten.

Weitere Informationen und Anmeldung

Ute Clarke · www.odyyoga.de

Telefon: 07461 9115011

Matthias Kärcher · www.iyengar-yogalehrer.de

Telefon: 0177 9717250



Internationales Lehrertifikat der Iyengar®
Yoga-Vereinigung-Deutschland (IYD) e.V.