



Iyengar® Yoga Seminar

Matthias Kärcher

Zertifizierter Iyengar® Yogalehrer

Leipzig

08./09. Mai 2020

In Kooperation mit
Studio für Hatha Yoga Leipzig

Könneritzstrasse 88
04229 Leipzig

Iyengar® Yoga und Anatomie – „Allgemeine Anatomie und Iyengar® Grundlagen“

Ein anatomisches Grundverständnis ist für die korrekte Ausführung der Asanas & Pranayamas extrem hilfreich. Wir wollen das künftig noch intensiver fördern und beginnen dies mit einem einführenden Workshop.

Neben praktischen Übungseinheiten vermittelt der Kurs anhand von Grafiken & Schaubildern auch wichtiges anatomisches und technisches Basiswissen. Dies wird in direkten Bezug zu den Asanas gebracht und ermöglicht so dem Teilnehmer ein tieferes Verständnis für die (Fehl-)Funktion des eigenen Körpers. Man lernt dadurch wichtige Zusammenhänge zu den eigenen Gewohnheitsmustern – oder gar möglichen Beschwerden – herzustellen.

Der Workshop richtet sich an alle Interessierte, die ihre Yoga-Praxis vertiefen und ergänzen wollen.

Freitag, 08.05.2020 18.00 – 20.30 Uhr

Samstag, 09.05.2020 09.30 – 12.30 Uhr
Mittagspause
15.00 – 18.00 Uhr

Seminargebühr 145,00 € (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

Eva Bube · www.hatha-yoga-leipzig.de

Telefon: 0151 54297100

Matthias Kärcher · www.iyengar-yogalehrer.de

Telefon: 0177 9717250



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