



## Iyengar® Yoga Seminar

# Matthias Kärcher

Zertifizierter Iyengar® Yogalehrer

Leipzig

10./ 11. Juli 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, 10.07.2020 18.00 – 20.30 Uhr

Samstag, 11.07.2020 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](http://www.hatha-yoga-leipzig.de)  
Telefon: 0151 54297100

Matthias Kärcher · [www.iyengar-yogalehrer.de](http://www.iyengar-yogalehrer.de)  
Telefon: 0177 9717250



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