

Matthias Kärcher

Zertifizierter Iyengar® Yogalehrer

Berlin

26. Februar 2022

30. April 2022

09. Juli 2022

Studio in der Remise

Marienstrasse 31

10117 Berlin

Neue
Workshop-
Serie

NEU: Iyengar® Yoga-Samstage Tagesworkshops in Kleingruppen

Im Berliner Studio in der Remise starten wir 2022 **mit einer Serie von 5 bis 6 Workshops pro Jahr**, in denen wir allen Interessierten eine Vertiefung des Yoga über den regulären Unterricht hinaus anbieten wollen.

Der Kurs bietet viel Raum für individuelle Fragen, Korrekturen und Austausch und soll den Teilnehmern helfen, die vielen positiven Effekte des Yoga noch besser in den Alltag zu integrieren. Das intensive Format eines Tagesworkshops unterstützt und motiviert darüber hinaus den Aufbau und/oder die Vertiefung der eigenen Übungspraxis, die einen der wichtigsten Bausteine des Yoga für Gesundheit, Wohlbefinden und Persönlichkeitsentwicklung darstellt.

Die verschiedenen Schwerpunkte der Yoga-Samstage beinhalten das **Üben** und die **Korrektur von Asanas, Pranayamas & Entspannungs-, Meditations- und Regenerations-Techniken**.

In theoretischen Einheiten können bei Bedarf auch Fragen zur **Allgemeinen & Speziellen Anatomie**, den **Iyengar® Yoga Grundlagen & Prinzipien** und zu **philosophischen Zusammenhängen** besprochen werden.

Kurszeiten: 10.00 – 13.00 Uhr und 15.00 – 18.00 Uhr

Während der Mittagspause sind alle Teilnehmer herzlich zu einem gemeinsamen Mittags-Snack eingeladen.

Kursbeitrag: 95,00 €

Intensive Kleingruppe (mind. 4/ max. 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

Matthias Kärcher

www.iyengar-yogalehrer.de

Telefon: 0177 9717250



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