



## Iyengar® Yoga Seminar

# Matthias Kärcher

Zertifizierter Iyengar® Yogalehrer

Stuttgart

**14./15. Oktober 2017**

In Kooperation mit  
Yoga West Stuttgart

Schwabstraße 12a  
70197 Stuttgart

## „Iyengar® Yoga von Mann zu Mann“ – Eigenes Üben zu Hause

Dieser Workshop befasst sich mit dem Aufbau einer Übungspraxis für zu Hause. Jeder Teilnehmer erhält ein Skript mit einer beispielhaften Übungs-Sequenz, samt detaillierten Erläuterungen zu ausgewählten Yogastellungen. Wir studieren diese Abfolge sorgfältig ein und passen, wenn nötig, die Asanas individuell an. So wird der Teilnehmer befähigt, eine Zeit lang zu Hause selbstständig Yoga zu üben, damit zu experimentieren und die positiven Effekte in den Alltag zu integrieren.

Da in den Schulen meist weibliche Teilnehmer die Mehrheit bilden, geht dieser reine Männerkurs gezielt auf die Bedürfnisse von Männern und deren spezifischen Fragen und Themen ein.

Der Kurs ist die Fortsetzung des Grundlagen-Workshops und setzt Iyengar® Yoga Grundkenntnisse voraus. Zudem richtet er sich an alle, die ihre Praxis vertiefen, ergänzen oder überprüfen wollen.

**Samstag, 14.10.2017** 09.30 – 12.30 Uhr  
*Mittagspause*  
15.00 – 18.00 Uhr

**Sonntag, 15.10.2017** 09.30 – 12.30 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 Yogareisen. 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

Andreas Kunze · [www.yogawest.de](http://www.yogawest.de)

Telefon: 0170 9047671

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

Telefon: 0177 9717250



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