



Iyengar® Yoga Seminar

Matthias Kärcher

Zertifizierter Iyengar® Yogalehrer

Berlin

20./21. April 2018

Studio in der Remise

Marienstrasse 31

10117 Berlin

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.

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.

Freitag 18.00 – 20.30 Uhr

Samstag 10.00 – 13.00 Uhr

Mittagspause

15.00 – 18.00 Uhr

Seminargebühr 150,00 €

Individuelle Kleingruppen bis max. 8 Teilnehmer

Mindestteilnehmerzahl: 5 Personen

Bei gleichzeitiger Anmeldung für die Berliner Workshops „Einführung & Grundlagen“ und „Eigenes Üben zu Hause“ gibt es eine Ermässigung von 15% auf den gesamten Kurspreis!

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

Matthias Kärcher · www.iyengar-yogalehrer.de

Telefon: 0177 9717250



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