



## Iyengar® Yoga Seminar

# Matthias Kärcher

Zertifizierter Iyengar® Yogalehrer

Tuttlingen

**24./25. Oktober 2014**

In Kooperation mit  
Ody yoga Ute Clarke

Schillerstrasse 33  
78532 Tuttlingen

## Unterer Rücken

Dieser Kurs befasst sich mit einem weit verbreiteten Leiden vieler Menschen. Das Seminar stellt Übungsalternativen und Tipps bei Rückenbeschwerden vor und beleuchtet die Verbindung zwischen Asanas und alltäglichen Gewohnheitsmustern. Es wird ein tieferes Verständnis zur (Fehl-)Funktion des eigenen Körpers vermittelt und ein Bezug zu individuellen Problem-Ursachen hergestellt.

Das Seminar ist für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse geeignet und für Menschen interessant, die bereits mit leichten, gesundheitlichen Problemen konfrontiert sind sowie für Yogaübende, die ihr Anatomie-Wissen erweitern sowie das Gelernte präventiv einsetzen wollen.

**Freitag, 24.10.2014** 18.00 – 20.30 Uhr

**Samstag, 25.10.2014** 09.30 – 12.30 Uhr  
*Mittagspause*  
14.30 – 17.30 Uhr

**Seminargebühr** 130,00 €  
Einzelne Blöcke auf Anfrage  
Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen

## Matthias Kärcher

Ich bin zertifizierter Iyengar® Yogalehrer, lebe in Berlin und arbeite individuelle Unterrichtskonzepte für Berufsmusiker aus. Dabei habe ich mich vorwiegend auf den Bereich der Klassischen Musik spezialisiert. Ich arbeite mit Orchestern, Akademien und Hochschulen zusammen, halte Vorträge und bin Privatlehrer für Gesangs- und Instrumental-Solisten. Darüber hinaus biete ich offene Seminare und Workshops zu unterschiedlichen Schwerpunkt-Themen an und organisiere Yogaferien/-reisen.

## Weitere Informationen und Anmeldung

Ute Clarke · [www.odyyoga.de](http://www.odyyoga.de)

Telefon: 07461 9115011

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

Telefon: 0177 9717250



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