

Fortbildung für Yoga-LehrerInnen

Yoga für Aufgeweckte und andere

Vom 17.08. bis 18.08.2019

Diese Fortbildung richtet sich an YogalehrerInnen die in ihren Gruppenstunden und in ihrer Einzelarbeit immer wieder mit den Themen Belastung, Stress, Schlaflosigkeit, Unruhe, Burn out u.v.m. in Berührung kommen und darauf im Yoga eine kompetente Antwort suchen. In dieser Fortbildung wird die Herangehensweise aus dem viniyoga vermittelt.

Schlafstörungen, Unruhe, Hektik und Erschöpfungszustände sind ein weit verbreitetes und zunehmendes Phänomen in unserer Gesellschaft.

In diesem Seminar werden wir uns u.a. mit Erkenntnissen aus der Chronobiologie und schlafmedizinischem Wissen beschäftigen.

Der Fokus liegt darauf, wie man inhaltliche Fragen zu bestimmten Ideen und Themen aus der Yoga-Arbeit und dem Yoga Sutra in entsprechend präzise Praxen umsetzen kann. Es werden Praxen vorgestellt, geübt und diskutiert.

Seminarleitung:

Christine Franke-Rademacher

Physiotherapeutin & Yogalehrerin in der Tradition von Krishnamacharya und Desikachar, ausgebildet am Berliner Yoga Zentrum (BYZ), durch die beiden Ärzten Dr. Imogen Dalman und Martin Soder. Dozentin am BYZ für die Yogalehr-Ausbildung und im Ausbildungsteam des Yogazentrum Alpen für den individuellen/therapeutischen Einzelunterricht.

TN-Anzahl: max. 14

Preis: 140€

Ort: Praxis Lebevoll
Karl-Hofer-Straße 4-6
14163 Berlin

Zeit: Samstag 10:00 bis 18:00
Sonntag 10:00 bis 14:00

Anmeldung: info@yogapraxis-krummelanke.de oder postalisch

Yoga Praxis Krumme-Lanke

Fischerhüttenstr. 83

14163 Berlin

Sie bekommen umgehen ein Anmeldeformular per Mail zugesandt. Mit der Überweisung der Kursgebühr ist der Seminarplatz für Sie reserviert.