

Ausbildungsseminare

1. PRĀNĀYĀMA SEMINAR am Samstag, 5. und Sonntag, 6. März 2022

Prānāyāma Vertiefung in Theorie und Praxis auf Basis des Yoga Sutra des Patanjali.

- Welche körperlichen und geistigen Voraussetzungen benötigt man um Prānāyāma zu üben
- Was muss ich wissen, um ein geeignetes Prānāyāma für eine Kursstunde zu wählen

Zeiten: Samstag 10.30 Uhr bis 13.30 Uhr und von 15.30 Uhr bis 18.30 Uhr
Sonntag 10.00 Uhr bis 14.00 Uhr

Referentinnen: Barbara Lehmann, Alexandra de Neufville

Kosten: 220,00 €

2. YOGA SEMINAR am Samstag, 11. Juni und Sonntag, 12. Juni 2022

Variationen und Alternativen auf der Basis des Yoga Sutra des Patanjali

- Den Werkzeugkasten öffnen für die Anwendung von Alternativen und Variationen
- Das Erstellen eines Kursprogramms für Übende mit kurzen oder langfristigen Einschränkungen

Zeiten: Samstag 10.30 Uhr bis 13.30 Uhr und von 15.30 Uhr bis 18.30 Uhr
Sonntag 10.00 Uhr bis 14.00 Uhr

Referentinnen: Barbara Lehmann, Alexandra de Neufville

Kosten: 220,00 €

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich an für:

- | | | |
|----------------------|-------------------|--------------------------|
| 1. Pranayama Seminar | 05.03./06.03.2022 | <input type="checkbox"/> |
| 2. Yoga Seminar | 11.06./12.06.2022 | <input type="checkbox"/> |

Ich überweise bis spätestens
2 Wochen vor Seminarbeginn

Kasseler Sparkasse
DE46 5205 0353 0011 8167 20

Name.....

.....
Datum

.....
Unterschrift