



## Iyengar® Yoga Seminar

# Matthias Kärcher

Zertifizierter Iyengar® Yogalehrer

Tuttlingen  
**05./06. Juli 2019**

In Kooperation mit  
Yoga Tuttlingen

Schillerstrasse 33  
78532 Tuttlingen

## Bedeutung und korrekter Einsatz von Händen und Füßen im Iyengar® Yoga

Unsere Hände und Füße werden meist als ein nicht wesentliches Detail im Yoga wahrgenommen. Jedoch ist deren korrekter Einsatz von immenser Bedeutung. Das Seminar vermittelt zunächst wichtiges anatomisches und technisches Basiswissen und stellt die Verbindungen zu wichtigen Asanas her: Dadurch bekommt der Teilnehmer einen umfassenden Einblick zur (Fehl-) Funktion des eigenen Körpers, gewinnt ein tieferes Verständnis zu dieser wichtigen Basisarbeit und lernt die Beziehung zu den individuellen Gewohnheitsmustern herzustellen.

Der Kurs eignet sich für alle, die ihre Yoga-Praxis vertiefen und ergänzen wollen und für diejenigen, die mit leichten, gesundheitlichen Problemen konfrontiert sind. Er ist für alle Yoga-Übende offen und erfordert keine zwingende Voraussetzung. Grundkenntnisse zu Iyengar® Yoga sind jedoch sehr hilfreich.

<b>Freitag</b>	18.00 – 20.30 Uhr
<b>Samstag</b>	09.30 – 12.30 Uhr Mittagspause 15.00 – 18.00 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 Yoga-Reisen. 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

Ute Clarke · [www.yoga-tuttlingen.de](http://www.yoga-tuttlingen.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.