



## Iyengar® Yoga Seminar

# Matthias Kärcher

Zertifizierter Iyengar® Yogalehrer

Baden, Schweiz  
**04. – 06.09.2020**

In Kooperation mit der  
yoga-schule-baden

Theaterplatz 2  
CH-5400 Baden

## Iyengar® Yoga Intensiv-Wochenende

Die wichtigsten Merkmale von Iyengar® Yoga sind: präzise Ausrichtung (Alignment), längeres Verweilen in der Stellung (Timing), eine sinnvolle Übungsabfolge (Sequencing) und der Einsatz von Hilfsmitteln (Props).

### (1) Workshop „Iyengar® Yoga-Grundlagen & Prinzipien“

Der Workshop vermittelt neben praktischen Übungseinheiten mittels Grafiken & Schaubildern auch technisches und anatomisches Basiswissen. Die Teilnehmer gewinnen ein tieferes Verständnis für ihren Körper und mögliche Fehlhaltungen. Der Kurs eignet sich, um Iyengar® Yoga-Grundlagen zu erlernen, zu ergänzen oder die eigene Yoga-Praxis zu vertiefen.

Fr, 04.09.2020 18.00 – 21.00 Uhr  
Sa, 05.09.2020 09.30 – 12.30 Uhr  
14.30 – 17.30 Uhr

### (2) Üben am Sonntagvormittag für alle Levels

Der Sonntagvormittag ist dem Üben gewidmet und eignet sich sowohl als Verlängerung des Workshops oder als eigenständiger Übungsblock.

So, 06.09.2020 09.30 – 12.30 Uhr

### (3) Sonntagnachmittag für Fortgeschrittene

Dieses Modul ist nur für Schüler mit einer mindestens 4-jährigen Übungspraxis gewidmet und soll Raum für spezielle Fragen, individuelle Korrekturen und Austausch bieten.

So, 06.09.2020 14.30 – 17.30 Uhr

### Seminargebühren

(1) Fr. 180,00

(1)+(2) oder (1)+(3) Fr. 225,00

Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen

alle Blöcke Fr. 270,00

einzelne Blöcke Fr. 70,00

## 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

Selita Lüscher · [www.yoga-schule-baden.ch](http://www.yoga-schule-baden.ch)

Telefon: +41 79 7045155

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

Telefon: +49 177 9717250



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