



Matthias Kärcher

Zertifizierter Iyengar® Yogalehrer

Stuttgart

25./26.02.2023

In Kooperation mit
Yoga West

Schwabstraße 12a
70197 Stuttgart

Yoga & Philosophie

NEUE
WORKSHOP-
SERIE

Teil I. Geschichte & Entstehung des Yoga

Unsere Philosophie-Serie führt den interessierten Yoga Übenden in 6 Workshops Schritt für Schritt und systematisch in das komplexe und philosophische System Yoga ein. Die Asana stellen das unverzichtbare Fundament des Yogaweges dar. Der eigentliche Yoga allerdings beginnt dort, wo wir die Körperlichkeit zurücklassen

Der erste Teil befasst sich mit dem Begriff „Yoga“ und erläutert die geschichtliche Entwicklung von ca. 8.000 v. Chr. bis hin zum heutigen, modernen Yoga. Die verschiedenen Epochen – Vedische Zeit und die klassische Periode – werden in Bezug zu den wichtigsten Texten gesetzt und prägende Persönlichkeiten vorgestellt.

Theoretische Ausführungen (Vortrag, Schaubild, Präsentation) wechseln sich mit praktischen Übungen (Asana, Pranayama, Meditation) ab.

Die Serie baut thematisch aufeinander auf. Jeder Workshop behandelt ein für sich abgeschlossenes Thema. Die Teilnahme an einzelnen Bausteinen ist möglich

Samstag, 25.02.2023	09.30 – 12.30 Uhr / <i>Mittagspause</i> 15.00 – 18.00 Uhr
Sonntag, 26.02.2023	09.30 – 12.30 Uhr
Zusatz-Modul	14.30 – 17.30 Uhr Vertiefung, spezielle Fragen & Austausch
Kurspreis	165,00 € (Zusatz-Modul 45,00 €) Einzelne Blöcke auf Anfrage Teilnehmer der Workshops 1–5 nehmen am 6. gratis teil 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

Anika Gehlert · www.yogawest.de

Telefon: 0173 9865208

Matthias Kärcher · www.iyengar-yogalehrer.de

Telefon: 0177 9717250



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