



Iyengar® Yoga Seminar

Matthias Kärcher

Zertifizierter Iyengar® Yogalehrer

Tuttlingen
10./ 11. April 2015

In Kooperation mit
Oddyoga Ute Clarke

Schillerstrasse 33
78532 Tuttlingen

Schulter und Nacken

Dieser Kurs befasst sich mit einem Thema, das vielen Menschen Beschwerden bereitet. Verspannungen und Schmerzen im Schulter- und Nacken-Bereich. Das Seminar vermittelt wichtiges, anatomisches Basiswissen und stellt die Verbindung zu möglichen Ursachen her.

Übungsalternativen und viele Tipps beleuchten die Verbindung zwischen Asanas und alltäglichen Gewohnheitsmustern. Es wird ein tieferes Verständnis zur (Fehl-)Funktion des eigenen Körpers vermittelt und ein Bezug zu individuellen Problem-Ursachen hergestellt.

Das Seminar ist für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse geeignet und gleichermaßen für Menschen interessant, die zum Einen bereits mit leichten, gesundheitlichen Problemen konfrontiert sind sowie zum Anderen für alle Yogaübende, die ihr Wissen erweitern und präventiv einsetzen wollen.

Freitag, 10.04.2015 18.00 – 20.30 Uhr

Samstag, 11.04.2015 09.30 – 12.30 Uhr
Mittagspause
14.30 – 17.30 Uhr

Seminargebühr 130,00 €
Einzelne Blöcke auf Anfrage
Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen

Matthias Kärcher

Ich bin zertifizierter Iyengar® Yogalehrer, lebe in Berlin und arbeite individuelle Unterrichtskonzepte für Berufsmusiker aus. Dabei habe ich mich vorwiegend auf den Bereich der Klassischen Musik spezialisiert. Ich arbeite mit Orchestern, Akademien und Hochschulen zusammen, halte Vorträge und bin Privatlehrer für Gesangs- und Instrumental-Solisten. Darüber hinaus biete ich offene Seminare und Workshops zu unterschiedlichen Schwerpunkt-Themen an und organisiere Yogaferien/-reisen.

Weitere Informationen und Anmeldung

Ute Clarke · www.oddyoga.de

Telefon: 07461 9115011

Matthias Kärcher · www.iyengar-yogalehrer.de

Telefon: 0177 9717250



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