



Iyengar® Yoga Seminar

Matthias Kärcher

Zertifizierter Iyengar® Yogalehrer

Weil der Stadt
17./ 18.03.2017

In Kooperation mit
Yogastudio Stiller Traum

Simmozheimer Str. 17
71263 Weil der Stadt-Merklingen

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, 17.03.2017 18.00 – 20.30 Uhr

Samstag, 18.03.2017 09.30 – 12.30 Uhr
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 entwickle für Privatschüler, Kleingruppen und Institutionen individuelle Unterrichtskonzepte. Darüber hinaus biete ich Workshops zu unterschiedlichen Schwerpunkt-Themen an und organisiere Yogareisen. 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

Sibylle Stiller · www.stillertraum.de
Telefon: 07033 529714

Matthias Kärcher · www.iyengar-yogalehrer.de
Telefon: 0177 9717250



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