

AYURVEDA (3) = Deepen your YOGA (13):

Für wen?

Für alle, die mit Yoga und Ayurveda ihr Leben verbessern möchten sowie für jegliche Berufsgruppe, in der hohe soziale und kommunikative Kompetenz gefordert ist, für Angehörige pädagogischer, helfender und medizinischer Berufe als professioneller Zugewinn. Für alle Yogis, Yogalehrer-Kollegen, angehende Kollegen. Dieser Lehrgang ‚Ayurveda personalisieren lernen‘ geht tief in die individuelle Anwendung hinein, ist in sich schlüssig, hervorragend verwertbar im Alltag und **Ihr braucht keine Ayurveda Vorkenntnisse!!**

Was habe ich davon?

Die Teilnahme an diesem Wochenende wird per Zertifikat bescheinigt und voll als **Weiterbildungs-Modul angerechnet** (vollständige Anwesenheit vorausgesetzt). Yogaklassen, Ayurveda satt, Meditationen, breites Script incl. Ein Angebot von hoher Informationsdichte und Qualität, nachhaltig durch Zertifikat, zu einem überaus fairen Preis.

Was sind die Schwerpunkte?

1. **Ayurveda – heute!**
Ayurveda wächst – genauso wie unsere moderne Zeit – mit seinen Aufgaben. Es geht um modernen und individuellen Lebensgenuss, den Erhalt von Vitalität und Frische.. uvm.
2. **Mein optimales Ayurveda-Programm – situationsgerecht**
Ayurveda situationsgemäß abstimmen lernen, gesundheits- und energiefördernde Ayurveda Techniken/Rezepte kennen/anwenden lernen
3. **Yoga mit der Praxis des Ayurveda – ‚fein tunen‘ (Hauptteil!)**
Wann welche Asana? Wann welches Pranayama? Für wen welches Yoga?
Yoga-Ayurveda-Konzepte für uns selbst und andere
Yoga für Vata, Pitta und Kapha Zustände und Typen

Wo und Wann?

Ort:

dimension YOGA | Turnerweg 5 | 63628 Bad Soden Salmünster
und bei Euch buchbar auf Anfrage

Termin:

wird aktualisiert

Zeiten:

20 Stunden

Bitte Schreibmaterial, Yogaoutfit und vegetarischen Imbiss mitbringen sowie bequeme Kleidung und Socken, unser Zentrum ist schuhfrei.

Wer macht das und wieviel kostet das?

Dozenten:

Heike Fusswinkel
Klaus Heitzenröder

Preis: wird aktualisiert
Incl. ausführliches Handout

