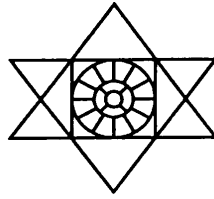


INTEGRALE YOGASCHULE



Seminarprogramm, 1. Halbjahr 2018

Yoga-New-Year-Festival

„Einheit in der Vielfalt“ – Einkehr und Ausrichtung; Workshops, Vorträge, Mantra-Singen, Meditation, Abendprogramm: **Vedische Feuerzeremonie**

Zeit: Samstag, 13.01.2018, 11.00 - 21.00 Uhr

Beitrag: € 40,- für das Tagesprogramm (Workshops) und Abendprogramm, € 30,- für das Tagesprogramm, € 10,00 für das Abendprogramm

Einführung: Hatha-Yoga & Meditation

Erlernen grundlegender Karanas (Bewegungsabläufe), Asanas (Körperhaltungen), Pranayamas (Atemübungen), Meditations- und Entspannungsübungen, Yoga Nidra, Yoga-Philosophie und – Psychologie, Yoga im täglichen Leben

Zeit: Samstag, 03.02., 10.00 – 18.00 Uhr, Sonntag, 04.02.2018, 10.00 – 14.00 Uhr

Kosten: € 100.-, ermäßigt € 80,-

Leitung: Ortwin Schultz

Integrales Transformations-Training

Die eigenen Lebensziele und –aufgaben verwirklichen: Entwicklung der individuellen und gesellschaftlichen Vision; Lösung der Blockaden; Entfaltung der Kraft der Manifestation; Körper-, Atemarbeit, Mantra-Rezitation, Meditation, Circle-Work

Zeit: Freitag, 02.03., 18.00 – 21.00 Uhr, Samstag, 03.03., 10.00 – 18.30 Uhr, Sonntag, 04.03.2018, 10.00 – 14.00 Uhr

Kosten: € 140.-, ermäßigt € 120,-

Leitung: Marianne Sörensen, Ortwin Schultz, Fiona Regling

“BDY-Vorstellstunden-Seminar”

Lehrproben für auswärtige und interne Studenten und Studentinnen, die sich in der Yoga-Lehrausbildung befinden. Die Teilnahme ist für ausgebildete Yoga-Lehrer/innen und solche, die sich in der Ausbildung befinden offen.

Zeit: Samstag, 07.04.2018 - 09.00 – 19.00 Uhr

Beitrag: € 20,-

Leitung: Ortwin Schultz, Kathrin Baruschke

Yoga mit Jugendlichen (10 – 15 Jahre)

Ideen, Tipps und Anregungen für den Yogaunterricht mit Jugendlichen, Theorie und altersgemäße Übungspraxis

Zeit: Freitag, 27.04., 18.00 – 21.00 Uhr, Samstag, 28.04., 9.30 – 18.00 Uhr und Sonntag, 29.04.18, 9.30 – 14.00 Uhr.

Kosten: 170,- €

Leitung u. Anmeldung: Fiona Regling, Tel.: 040-84 60 22 38 oder Fiona.Regling@yogafuerkinder.de

Mahashakti-Yoga

Die Bedeutung der Mahashakti für die Praxis des Integralen Yoga; die vier Hauptaspekte der Mahashakti; die individuelle Arbeit mit der herabkommenden Kraft; Erfahrungsaustausch und Reflexion; Körper-, Atemarbeit, Mantra-Rezitation und Meditation

Zeit: Freitag, 04.05., 18.00 – 21.00 Uhr, Samstag, 05.05., 10.00 – 18.30 Uhr, Sonntag, 06.05.2018, 10.00 – 14.00 Uhr

Kosten: € 140.-, ermäßigt € 120,-

Leitung: Ortwin Schultz, Fiona Regling

Grundkurs: “Der Erfahrbare Atem”

Grundkurs nach Prof. Ilse Middendorf®: den eigenen Atem entdecken, seinen ursprünglichen, natürlichen Rhythmus kennenlernen, die integrierende, sanfte Kraft und Dynamik des Atems wirksam werden lassen, die eigene Leiblichkeit durchlässig und lebendig empfinden, die Selbstheilungskräfte stärken.

Zeit: Freitag, 08.06., 17.00 – 20.00 Uhr, Samstag, 09.06., 09.00 – 12.30, 16.00 – 18.30 und Sonntag, 10.06.2018, 09.00 – 12.00 Uhr

Kosten: 195,- €

Leitung: Gertrud Rohloff-Hecker

Mitbringen: Weite Kleidung, leichte Hausschuhe oder dicke Socken

Anmeldung: 06068-912026

Yoga-Lehrausbildung

Zweieinhalbjährige berufsbegleitende Yoga-Lehrausbildung nach den Rahmenrichtlinien des Berufsverbandes der Yogalehrenden in Deutschland (BDY) über 500 Unterrichtseinheiten (UE) mit dem Abschluss Yogalehrer/in Basic BDY.

Ausbildungsbeginn: Freitag, 01. Februar 2019