

Yogalehrer/in Yogatherapeut/in

Kostenloser Infotag

BEAUTY UND WELLNESS



Yoga, die uralte Philosophie- und Gesundheitslehre aus Indien umfasst zahlreiche körperliche und geistige Übungen zur Sammlung, Konzentration und Meditation, deren gesundheitsfördernde und heilende Effekte längst auch bei uns Einzug gehalten haben. Als Yogalehrer/-

therapeut vermitteln Sie diese praktischen Übungen an Individuen und Gruppen auf höchstem Niveau. Im Verlauf der Ausbildung erlernen Sie alle entspannenden und therapeutischen Einsatzmöglichkeiten, Indikationen und Kontraindikationen. Yoga hilft auch, die eigene Persönlichkeit weiterzuentwickeln.

Seminarinhalte:

- Yoga-Philosophie und Geschichte/Quellentexte (exemplarisch)
- Die großen Yoga-Wege
- Astanga-Yoga (Patanjali, 8-facher Pfad)
- Medizinische Grundlagen
- Therapeutische Körperstellungen (Asana)
- Iyengar-Yoga
- Yoga-Atemtherapie/Atemtechniken (Pranayama)
- Meditation
- Entgiftungs- und Reinigungstechniken (Satkarma/Kriya)
- Kundalini-Yoga
- Energieansammlung und Energielenkung (Bandha, Mudra)
- Ernährung im Yoga
- Unterrichtsgestaltung, Didaktik, Beratungspraxis

Wir laden Sie an diesem Tag ein, mehr über die Ausbildungsinhalte zu erfahren und die Dozentin kennenzulernen.

Um Anmeldung wird gebeten.

Dozent/in Constanze Riechert-Kurtze: Jg. 1972, ist Yogalehrerin (Intensiv Yoga A-Lizenz, BYV), Yoga Siromani (Indien), Meditationskursleiterin, Hormonyoga-Lehrerin und Lehrerin für Pre- & Postnatalyoga. Sie absolvierte Weiterbildungen in verschiedenen Yoga-Traditionen. Darüber hinaus ist sie tätig in Thai-Yoga-Massage, Klangmassage/Klangtherapie (Planetenklingschalen) und als Lehrerin für Fitness, Gesundheit und Sportreha, Wellness- und Ernährung, als Pilates-Trainerin, im Qigong und in der Atemarbeit. Seit 2000 ist sie selbständig mit eigenen Kursen, Personaltraining, Seminaren und Workshops und seit Oktober 2012 mit eigener Yogaschule & Pension auf der Insel Usedom.

Termine:

Sa. 20.05.2017
13:00-13:45 Uhr

Preis:

Kostenfrei!

Seminarort:

Paracelsus Schule
Rosa-Luxemburg-Str. 14
18055 Rostock
Tel. 0381 - 490 91 86

Seminarnummer:
INF02200517

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de

