

GREIFBAR

SAMSTAG 25.

JULI 2020

10 - 17 UHR
BACKNANG

MIT UTE FISCHER
CERTIFIED ANUSARA®
YOGA TEACHER





YOGA GREIFBAR MACHEN AUF DER MATTE UND IM ALLTAG.

Für all diejenigen für die Yoga mehr ist, als Haltungen auf der Matte und gleichzeitig für den Schüler im Lehrer eine Inspiration, wie wir die Herzthemen im Unterricht erfahrbar machen können.

In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit einem philosophischen Thema in seiner Tiefe, erfahren die Qualität des Themas sowohl in der Asanapraxis, wie auch in der Meditation und stellen uns die Frage: wie kann ich es in meinen Alltag integrieren? Neben Asana und Meditation wird es viel Raum und Zeit für Fragen und Entwicklung geben. Es geht hier weniger um die eine Antwort, als um die Freude an den Fragen, die sich auf dem Weg eine Antwort zu finden auftun.

Im zweiten Teil erarbeiten wir uns Möglichkeiten das Thema im Unterricht und im Alltag zu verweben: wie können wir es im Körper erfahrbar machen und im Alltag leben.

AUF DER MATTE

1. Teil

10 - 11 Uhr Aufwärmen &
Meditation
11 - 14 Uhr Philosophie &
Asana

2. Teil

15 - 17 Uhr

Austausch für Interessierte und
Lehrer, wie kann ich das Thema in
meinem Alltag integrieren und in
meinen Klassen erfahrbar machen.
+ Abschlussmeditation

ENERGIEAUSGLEICH

1. Teil 65 €
Beide Teile 95 €

LEHRER/ANMELDUNG

Ute Fischer

Certified Anusara® Yoga Teacher
info@utefischer-yoga.de
www.utefischer-yoga.de

ORT

Sulzbacher Str. 206
71522 Backnang