

Fokus im āsana

Seminar mit
Veronika Karl

In diesem Seminar werden wir uns anhand von praktischen Beispielen damit auseinandersetzen, wie durch Veränderung und Verlagerung des Fokus in einem āsana das Konzept des āsana variiert und damit auch verschieden eingesetzt werden kann.

Damit wird der Schatz der āsana und vinyāsa um ein Vielfaches reicher. Gleichzeitig schult die Verlagerung des Fokus in einem āsana auch die Konzentration, bei den Teilnehmenden im Kurs aber auch bei den Lehrenden.

Yogalehrer:innen bekommen in diesem Seminar viele Anregungen, um den Yogaunterricht kreativer und abwechslungsreicher zu gestalten.



Veronika Karl

Yogalehrerin BDY/EYU

Zertifizierte Lehrerin für „Samyama Integrale Yogameditation“

Yoga-Praxis kontinuierlich seit 1973

Praxis der Integralen Yoga-Meditation seit 2000

Ausbildung im Kontaktstudium des BDY (1991-1995)

Ununterbrochene Yoga-Lehrtätigkeit seit 1991 in Erlangen

Weiterbildung in Integraler Yoga-Meditation (Helga Simon-Wagenbach)

Weiterbildung Yoga Cikitsa bei D.V. Sridhar

Weiterbildung in Vedic Chant

Leitung der Yoga-Lehrausbildung seit 2004

Dozentin für Hatha-Yoga, Yoga-Philosophie, Patañjali Yoga-Sūtra

Sprecherin des "Fachkreises Schulen und Ausbildung" (FKAS) im BDY

Langjährige Sprecherin der Ausbildungsschulen im BDY (2006-2014)

Moderation von Vorstellstunden

Autorin des Studienbegleitheftes "Sanskrit-Glossar"

Termin: 16. – 18. April 2021

Zeiten: Fr 17 – 20h

Sa 9 – 18h

So 9 – 13h

Ort: 90429 Nürnberg, Denisstr. 2

Seminargebühr: 180,-- €