

# Philosophie im Yoga-Unterricht

Seminar mit

**Veronika Karl**

In der heutigen Zeit stehen in den Print- und sozialen Medien die körperlichen Aspekte des Yoga, also die āsana, in der Hauptsache im Vordergrund. Die alten Texte und Schriften des Yoga, meist unter dem Begriff „Yoga-Philosophie“ zusammengefasst, bieten aber für das Yoga-Üben und auch für unseren vielschichtigen und von Stress und Überforderung geprägten Alltag in Familie und Beruf wichtige Hinweise, wie wir damit besser umgehen können.

Dieses Seminar möchte Ideen und Anregungen in Theorie und vor allem Praxis aufzeigen und geben, wie die Schätze der Yoga-Philosophie in den Kursunterricht eingebaut und vermittelt werden können.

Dabei werden nicht nur Textstellen aus den alten indischen Texten eine Rolle spielen, sondern auch geeignete Aussagen aus unserem Kulturkreis, so dass aufgezeigt werden kann, dass Weisheit letztendlich universell und kulturübersteigend ist.



Yogalehrerin BDY/EYU

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: 17. – 19.9.2021

Zeiten: Fr 17 – 20.15h

Sa 9 – 18h

So 9 – 13h

Ort: 90429 Nürnberg, Denisstr. 2

Seminargebühr: 200,-- €

Anmeldung: [https://yogaschule-nordbayern.de/anmeldung\\_seminare.html](https://yogaschule-nordbayern.de/anmeldung_seminare.html)