



# Dynamik und Statik in der Praxis

Seminar mit  
**D.V. Sridhar**

In der Tradition von T. Krishnamacharya spielen Dynamik und auch Statik eine große Rolle in der Übungspraxis.

Für die Yogalehrenden ist es wichtig zu wissen, wie sich die Anforderungen von āsanas in Dynamik und Statik verändern.

Wie kann ich im Yogaunterricht sinnvoll diese beiden Möglichkeiten einsetzen, wie beginne ich und wie kann ich sinnvoll im Sinne von vinyāsa krama im Unterricht weitergehen?

Welche Rolle spielt in beiden Aspekten der Atem?

Übungspraxis wird das Seminar in gewohnter Weise abrunden.



Der Yogalehrer und studierte Ingenieur D.V. Sridhar war „director of yoga studies“ am „Krishnamacharya Yoga Mandiram“ in Chennai, Süd Indien.

Heute unterrichtet er in seinem eigenen Institut „Yoga Raksanam“ in Chennai ([www.yogaraksanam.com](http://www.yogaraksanam.com)).

Sridhars Arbeitsschwerpunkte liegen in der Yogalehrerausbildung und -weiterbildung sowie in der Yoga-Therapie und der Betreuung von Sportlern.

Seit 2006 bietet D.V. Sridhar regelmäßig auch Seminare in Deutschland an.

Termin: 20. – 22.9.2019

Zeiten: Fr 17 – 20h

Sa 9 – 18h

So 9 – 13h

Ort: 90429 Nürnberg, Müllnerstr. 29 (Gemeindehaus Dreieinigkeitskirche)

Seminargebühr: 180,-- Euro

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