



Fokus im asana

Seminar mit

D.V. Sridhar

In diesem Seminar wird uns D.V. Sridhar mittels vieler praktischer Beispiele darlegen, 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.

Yogalehrerenden bekommen in diesem Seminar viele Anregungen um den Yogaunterricht kreativer und abwechslungsreicher zu gestalten.



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

Heute unterrichtet er in seinem eigenen Institut „Yoga Raksanam“ in Chennai (www.yogarakshanam.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: 9. – 11.10.2020

Zeiten: Fr 17 – 20h
Sa 9 – 18h
So 9 – 13h

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

Seminargebühr: 200,-- €

Anmeldung: https://yogaschule-nordbayern.de/anmeldung_seminare.html