

Die Yoga Rahasya ist ein im Westen weniger bekannter Text. Der Autor ist Nathamuni. Bisher liegt nur eine englische Ausgabe vor, dort heißt es auf der Rückseite des Einbandes (sinngemäß):

„... die Wiederbelebung dieses großen Textes belebt die großartigen Yogalehren von Nathamuni, und stellt uns wertvolle Informationen zur Verfügung, wie man die verschiedenen Werkzeuge des Yoga in verschiedenen Situationen nutzt. Dieser Text gibt uns eine wichtige Referenz für die Lehren von T. Krishnamcharya, und hat viele Menschen direkt und indirekt berührt.“

Bedeutende Konzepte sind in diesem klassischen Text enthalten:

- Bedeutung des Yogas für Frauen
- Yoga und Schwangerschaft
- Yoga für verschiedene Lebensphasen
- Yoga als ein therapeutisches Werkzeug

Theorie und Praxis sind Teil dieses Seminars.



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.

Im Augenblick steht noch nicht fest, ob es dieses Mal mit dem Visum für Sridhar klappt.

Deswegen gibt es zwei Seminarzeiten:

- Variante 1: Er kann kommen und ist vor Ort
- Variante 2: Er bekommt kein Visum, wird online zugeschaltet (wie letztes Mal)

Variante 1:

Termin: 29. – 30.4.2023

Zeiten: Sa 9 – 18h

So 9 – 16h

Variante 2:

Termin: 28. – 30.4.2023

Fr 17 – 20.15h

Sa 9 – 18h

So 9 – 13h

Für beide Varianten: Präsent, hybrid nach Rücksprache.

Ort: studio3klang

Am Schwabachgrund 22

91054 Erlangen

Mitzubringen: Eigene Matte, Kissen usw. Schreibsachen; Verpflegung

Seminargebühr: 180,-- Euro

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