

In der Tradition von T. Krishnamacharya/D.V. Desikachar haben wir das große Geschenk, dass wir die āsana unseren Teilnehmenden anpassen können. Es bedeutet für uns, dass wir sie dort abholen können, wo diese gerade sind.

Im Patañjali Yoga Sutra wird in Sutra II.47 von passender Anstrengung gesprochen. Was genau meint Patañjali damit, wie können wir seine Anweisungen in unsere konkrete Praxis umsetzen?

In diesem Seminar wollen wir uns von D.V. Sridhar Anregungen holen und uns inspirieren lassen.

Praxiseinheiten und Erläuterungen aus der Yoga-Philosophie werden sich in diesem Seminar ergänzen.



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).

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 **(Änderung)**: 28. – 29. September 2024

Zeiten **(Änderung)**: Sa 9 – 17h

So 9 – 16h

Präsent, hybrid nach Rücksprache.

Ort **(Änderung)**: Siemens Sportanlage Erlangen

Komotauer Straße

91052 Erlangen

Parkplätze vorhanden, Bushaltestellen in der Nähe

Mitzubringen: Eigene Matte, Kissen usw. Schreibsachen; Verpflegung

Seminargebühr: Frühbucherrabatt bis 30.6.2024: 180,-- Euro

Buchung ab 1.7.2024 : 200,-- Euro

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