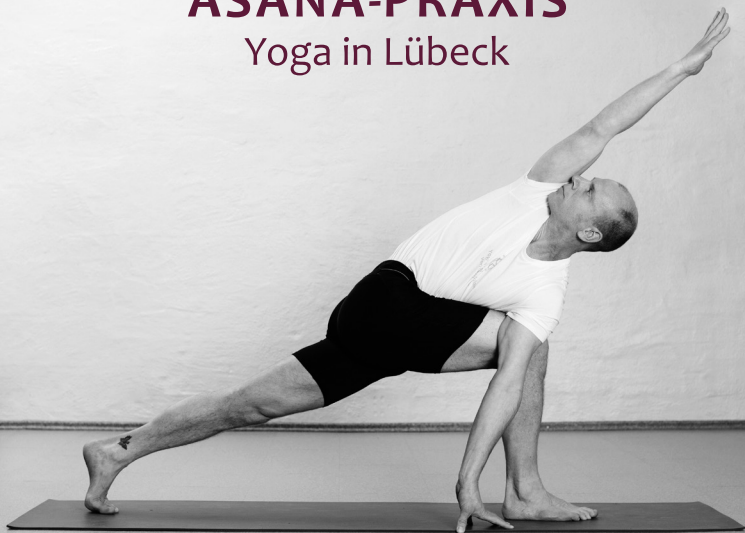




ASANA-PRAXIS

Yoga in Lübeck



Herzliche Einladung zu Weiterbildungen für Yogalehrer

Ich lade Dich herzlich dazu ein,
gemeinsam tiefer in das weite Feld des Yoga einzutauchen
und nächste Schritte zu gehen.

In den Weiterbildungen steht das gemeinsame Lernen
mit Freude und Forschergeist im Vordergrund.

Gern unterrichte ich an Deinem Ort –
buche Dein Wunschthema über info@asana-praxis.de

Bleibe informiert und abonniere unseren Newsletter!



www.asana-praxis.de

Namaskar und guten Tag!

Mit diesem Anschreiben möchte ich Dich herzlich zu Weiterbildungen in Lübeck oder in Deinem Studio einladen.

Themen dieser Weiterbildungen sind zum Beispiel:

Die Yoga-Asana- und Pranayama-Praxis in Verbindung mit Unterrichtspraktischen Aspekten – z. B.:

- Stundenaufbau / „Sequencing“
- Einsatz von Yoga-Hilfsmitteln / „Yoga-Props“
- Korrektur und Hilfestellung / „Assists“

Die Yoga-Asana- und Pranayama-Praxis in Verbindung mit anatomisch-physiologischen Aspekten – z. B.:

- funktionelle Anatomie
- Faszien
- Organe und Steuerungssysteme

Die Yoga-Asana- und Pranayama-Praxis in Verbindung mit geistig-philosophischen Aspekten – z. B.:

- die 4 Komponenten des Geistes nach „indischem Denken“
- Themen aus den 3 großen für das Yoga relevanten Philosophiesystemen:
Samkhya, klassisch-philosophischer Yoga, Vedanta
- die Entwicklung des Yoga im Spannungsfeld zwischen Tradition und Moderne

Zu meiner Person:

Volker Grimm

- Yoga-Praxis seit Mitte der 90er Jahre
- Inhaber der Yogaschule „Asana-Praxis“ in Lübeck gemeinsam mit Doreen Grimm seit 2005
- Selbständiger Physiotherapeut in Privatpraxis seit 2015
- zertifizierter Iyengar- und Yogasana-Yogalehrer
- Dozent in den Aus- und Weiterbildungsformaten des Iyengar- und Yogasana-Yogas seit 2011
- konstante Teilnahme an Aus- und Weiterbildungen bei Glenn Ceresoli (Yoga-Mind) seit 2009
- Teilnahme an vielen Retreats und Workshops bei internationalen Iyengar-Yoga-Lehrern z.B.: Dharmapriya, Patricia Walden, Christian Pisano (seit ca. 2000)
- Studienaufenthalt am Iyengar-Yoga-Institut in Pune (RIMYI)
- Weitere Ausbildungen bei Noah Mazé (Yoga Mazé) und Dr. Paula Sauer (Yoga-Therapie)