

JOIN IN- and dive deeper!

„YOGA-PRATISTHAYAM 2.0“ Seminarreihe 2024/2025 mit Anke Roth-Langels
(*pratiṣṭhā= fest verankert, fest gegründet in*)

Yoga Pratishtayam 2.0 wieder eine **Seminarreihe mit 5 aufeinander aufbauenden Tagesseminaren in einer festen Jahresgruppe**. Geübt werden Asana & Pranayama aus Level 2, sowie passende theoretische Inhalte aus der Yogaphilosophie, **diesmal vor dem Hintergrund wie wir auch mit möglichen gesundheitlichen Herausforderungen, Veränderungen im Bewegungsapparat, während/nach der Menopause, eine fortgeschrittene Praxis aufbauen, bewahren & weiterentwickeln können.**

Die Reihe setzt eine regelmäßige Yogapraxis von mindestens 3 Jahren voraus und richtet sich an fortgeschritten Übende, sowie angehende & zertifizierte Iyengar-Yoga-LehrerInnen, die ihre Praxis vertiefen und festigen möchten.

Termine & Konditionen:

Zeit: Samstag 10:30-13:30 Uhr & 15:00-17:00 Uhr

Unterrichtende: Anke Roth-Langels

Termine 2024: Start: 21.09. /23.11.

Termine 2025: 15.02./03.05./05.07.

Kosten: 425 € / 400 € für AbonentInnen

Anmeldeschluss: 31.08.24

Die Seminarreihe ist nur als Paket buchbar, da die einzelnen Seminare aufeinander aufbauen.

Die Anmeldung ist verbindlich. Ein Rücktritt ist bis Anmeldeschluss 31.08.24 kostenlos; danach ist die gesamte Teilnahmegebühr auch bei Nichtteilnahme zu zahlen.

Interesse? Dann melde dich. Ich freue mich über deine Anfrage!

Anmeldung & Info: info@yogahof-essen.de