

Hands On & taktile Korrekturen (Assists)

Fortbildung für Yogalehrer/innen



Wie kann ich meine Yogaschüler/innen nicht nur verbal, sondern auch durch Berührung unterstützen? Wo unterstütze ich zuerst und wie berühre ich?

Erlange Erfahrungen und Sicherheit in deinen Hands on und Assists.

Die Themen

- Auffrischung der Ausrichtungsprinzipien.
- Prinzipien von sinnvollen Hands On und Assists.
- Hands On für mehr Weite und Durchlässigkeit.
- Hands On für tiefere Erfahrungen in den Asanas.
- Taktile Unterstützung aus physiologischer und energetischer Sicht.
- Assists für mehr Sicherheit und Stabilität in den Asanas.
- Assists zur Vorbeugung von Verletzungen.

Dozentinnen



Lisa Uhlig

Yogalehrerin

Körperpsychotherapeutin



Nicole Ehlert

Yogalehrerin

Tanztherapeutin

Wann?

Am Sonntag, den 28.01.24

Noch Fragen?

Für weitere Informationen und Fragen oder Anmeldungen stehen wir dir gerne zur Verfügung:

Yoga Balance Marburg
Schwanallee 31
35037 Marburg

E-Mail: nicole.yoga@gmx.de



Zeit & Kosten

Fortbildungszeit: 09:30 - 16:30 Uhr

Kosten: 110 €