

Termine

Modul 1: "Yogawissen im Alltag"

Intensivwochen Oktober und November:

21.-25.10.2026 und 18.-22.11.2026 mit folgenden Themen:

- 1: Yoga und Polarität, Sonnengruß und Meridianübungen in der Anwendung!
- 2: Alltagstaugliche Asanas in der individuellen Anwendung
- 3: Yoga und Nervensystem, Polyvagaltheorie, Vagusübungen
- 4: Yoga und Atmung, Vertiefung der unterstützenden Asanapraxis
- 5: Einführung in das Chakra-System und Zusammenfassung/Wiederholung

Modul 2: "Die Quelle der Kraft"

WoE 1: Chakra 1+2

WoE 2: Chakra 3+4

WoE 3: Chakra 5-7

WoE 4: Manifestieren im Sinne der Ganzheit

WoE 5: Manifestieren im Sinne der Ganzheit

Modul 3: "Unsere Geistig-Spirituelle Natur"

WoE 1: 11. - 12. Oktober 2025

WoE 2: 18. - 19. Oktober 2025

WoE 3: 24. - 25. Januar 2026

WoE 4: 21. - 22. Februar 2026

WoE 5: 06. - 07. Juni 2026

Preis für Modul 1-3: 1000 Euro je Modul (ab 01-2026)

Modul 4: „Anatomie“

WoE 1: Faszien

WoE 2: Becken und Hüftgelenke

WoE 3: Knie-, Fußgelenke

WoE 4: Brustkorb, Kopf

WoE 5: Ellenbogen-, Handgelenke

Modul 5: "Yoga als Therapie"

WoE 1: 10. - 11. Januar 2026, Strukturelle Rahmenbedingungen

WoE 2: 07. - 08. März 2026, Koshas, die Ebenen unseres Seins

WoE 3: 16. - 17. Mai 2026, Therapeutische Haltung

WoE 4: 27. - 28. Juni 2026, Die Macht der Worte

WoE 5: 22. - 23. August 2026, Zusammen-Wirken

Dieses Modul lebt von der Praxis der Anwendung im eigenen Heilungsgeschehen. Alle Teilnehmer haben die Gelegenheit, eigene Themen einzubringen, die therapeutisch betrachtet werden.

Modul 4 und 5 werden von Marieke und mir im Team unterrichtet!

Das bedeutet, wir sind zu zweit während der Ausbildungswochenenden für euch da!

Preis für Modul 4+5: 1.500 Euro je Modul, Frühbucher 1.350 Euro (ab 01-2026)