



50h Yin Yoga Ausbildung

mit Laura & Vincent

basierend auf den 5 Elementen

3 Wochenend-Termine:

06 + 07. Juli 2019

20 + 21. Juli 2019

10 + 11. August 2019

09.00 – 12.30 Uhr

14.00 – 18.00 Uhr

Am Viehgraben 8
in Dettelbach/Brück

Gesamtpreis: 750 €
inkl. vegetarischem Lunch



Diese Ausbildung bringt dich in tiefe Verbindung mit dem ruhigen, meditativen Übungsstils des Yin Yogas und gibt dir ebenfalls die Möglichkeit in dich selbst einzutauchen.

Du lernst alle wichtigen Yin-Positionen kennen und bekommst einen Einblick in Traditionell Chinesische Medizin und die Meridiane, welche die Grundlage von Yin Yoga darstellen.

Hierbei werden wir mit den Elementen (Erde, Wasser, Holz, Metall, Feuer) arbeiten und die Verbindung der jeweiligen Qualitäten und Wirkungen kennen lernen.

Tägliche Yin Einheiten, geführte Meditation, eine Einführung wie du Musik in deine Yin Stunden einbauen kannst, Faszien und Meridiane, Stundenaufbau von Yin Yoga Stunden, Yin und Yang Kombination; wie du Yin in deine Flow Stunden integrierst und vieles mehr erwarten dich.

Eine bereits abgeschlossene Yoga Ausbildung ist dafür keine Voraussetzung.

Ich freue mich meine Begeisterung für Yin Yoga mit dir zu teilen und zu vertiefen.

Information und Anmeldung:
info@laura-ma.com

Laura ist ausgebildete Yogalehrerin (500 UE) und absolvierte ihre Yin Yoga Ausbildungen bei Stefanie Arendt, Tanja Seehofer und Mirjam Wagner.

Zusammen mit ihrem Partner Vincent, Reiki Master Lehrer und Klangtherapeut, schuf sie das Label LauraMa, unter dem die beiden Yin Emotional Sound Yoga kreierten, Yin Yoga in Kombination mit Sound Therapie.

Sie unterrichten regelmäßige Kurse und sind in ganz Deutschland durch Workshops und auf Festivals vertreten.

