

Praxis zur Vorbereitung der Prüfung Level II. Diese Übungssonntage richten sich an Level I Lehrer*Innen, welche sich für die Prüfung im 2023 oder zu einem späterem Zeitpunkt vorbereiten möchten, oder die eigene Praxis vertiefen möchten.

Termine: Sonntag, 11. Dezember 2022 / 15. Januar 2023 / 5. Februar 2023 / 5. März 2023

Zeit: 09.00 – 12.00 Uhr

Ort: Iyengar Yoga Schule Zürich, Quellenstrasse 2, 8005 Zürich

Kosten: 75.00 CHF

Unterrichtssprache: deutsch / bei Bedarf englische Übersetzung möglich

Anmeldung: spätestens 2 Wochen vor dem jeweiligen Datum

Themen:

- Eine 60-minütige Sequenz vorbereiten, wir werden 1 davon jeweils gemeinsam üben und besprechen (bei Anmeldung werden weitere Informationen dazu geschickt)
- Hilfestellungen/Anpassungen/Therapiefragen bei diversen körperlichen Beschwerden in den Asanas (Fragen und Wünsche können nach frühzeitiger Anmeldung bei mir, mit einbezogen werden)
- Unterrichten von Asanas (Asanas des Level I mit tieferem Verständnis unterrichten, Asanas von Level II als neue Asanas einführen)
- Aufbau und Struktur von Sequenzen

Für Wünsche und Fragen bin ich offen und nehme diese gerne entgegen.

Kontakt und Anmeldung:

Francesca Aebi

076 434 23 83 francesca@iyengar-yoga-zurich.ch