



CHAKRA SEVEN YOGA

Fortbildungen

- **Yoga und Osteopathie**

Ein Wochenende mit Pauline Noël

Datum: 18. – 19. September 2021

Kosten: 299.-

Zeiten: Samstag 09:00 – 17:30

Sonntag 08:30 – 17:00

Ort: Seminarraum in Hamburg

Wahlmodul

Inhalt:

In diesem Workshop bekommst du eine Einführung in das Thema Osteopathie.

Du lernst was die drei Pfeiler bedeuten, weiterhin lernst du wie Yoga und Osteopathie einander ergänzen.

Du erhältst eine Einzeldiagnose und entwickelst daraus deine individuelle Asana Praxis.

Du lernst die Relevanz der Entwicklung des inneren Tastsinns kennen.

Du übst die Fähigkeit achtsam, präsent und respektvoll den eigenen Körper und den Körper anderer Menschen wahrzunehmen und ihn mit Annahme wieder in seinen Urzustand der Balance zurückzuführen.

Du bekommst Werkzeug an die Hand um zu lernen, deine Schüler/innen durch deinen Körper wahrzunehmen.

Du nimmst an Yogastunden unter Berücksichtigung osteopathischer Zusammenhänge teil, welche dein bisheriges anatomisches Wissen um den menschlichen Körper bereichern und vertiefen.