

## Thai Yoga Massage Wochenende - Einführung

Eine Einführung als Wochenendkurs ist eine schöne Möglichkeit, die Thai Yoga Massage kennenzulernen. Du erlernst eine etwa einstündige wirkungsvolle Sequenz wohltuender Druckmassage und sanfter Dehnung.

Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Für Yogalehrer ist dieses Seminar auch eine Inspiration und gibt mehr Sicherheit für Hilfestellungen und Korrektur im Unterricht (Hands On).

Du kannst alleine oder mit Partner/in kommen.

Maximal 12 TeilnehmerInnen

Samstag und Sonntag

10:00 - 17:00 Uhr

Unterrichtsumfang: 12 Zeitstunden

Investition: 140,- / 120,- € \*

\*Der ermäßigte Beitrag ist für alle, die finanziell nicht so gut dastehen. Das lässt sich nicht nur an Studentenausweis oder Arbeitslosigkeit ausmachen. Du entscheidest selbst und musst keine Rechenschaft darüber abgeben.

Anmeldung: [gundi@posteo.de](mailto:gundi@posteo.de)

Alle Einführungswochenenden 2019 in W'tal:

19. - 20.01.2019

18. - 19.05.2019

12. - 13.10.2019

Alle Aufbaueminare für 2019: in W'tal

Aufbauseminar I 02. - 03.02.2019 (Füße und Beine)

Aufbauseminar II 29. - 30.05.2019 (Oberkörper und Seitenposition)

Aufbauseminar III 16. - 17.11.2019 (Rückseite und Sitzposition)

Kursleiterin: Gundi Nowak

Yogalehrerin und Thai Yoga Massage seit 2006

Ayurveda Gesundheitsberaterin seit 2012

Kursleiterin und Ausbilderin für Thai Yoga Massage seit 2017

Mitbringen:

bequeme Kleidung und etwas Warmes zum Überziehen, evtl eine Wärmflasche, kleines Handtuch, Stift.

Und einen vegetarischen Snack für die Mittagspause. Wasser und Tee sind vorhanden.

Ein Skript bekommt Ihr von mir.

Anmeldung: [gundi@posteo.de](mailto:gundi@posteo.de)

Mit der Bezahlung des Kurses ist dein Platz und deine Teilnahme gesichert.