

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

Ablauf:

Samstag und Sonntag

10:00 – 13.00 Uhr

14:00 - 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

Termine 2019 in Wuppertal:

19. - 20.01.2019

18. - 19.05.2019

12. - 13.10.2019

Aufbauseminare für 2019:

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)

Ort:

Silva-Yoga

Friedrich-Ebert-Str. 89

42 103 Wuppertal

Kursleiterin: Gundi Nowak

Yogalehrerin und Thai Yoga Massage Trainerin

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

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