

# Yogakonzepte - Kompetenz & Kunst

mit Anita Burkhart-Röser ( Yogaweg )



Wissensvertiefung zu Asana, Essenz einer Asana, Tiefenstruktur der Haltungen, Entwicklungsprozesse von einfachen zu außergewöhnlichen Haltungen, anatomische Grundlagen, exakte Ansagen zur Durchführung, Absicht und Wirkungen, sinnvolle Lehrschrirte, Vereinfachungen und Verstärkung, Dynamik und Statik

- **08.02.2020** Herzaspekte im Yoga – Bedeutung und Orientierung in der Praxis
- **20.06.2020** Veränderung und Mut- sinnvolle Anpassung Asana/Pranayama/Meditation
- **26.09.2020** Was meint Kraft im Yoga?
- **05.12.2020** Bedeutung von Licht und Raum im Yoga

Die Workshops finden jeweils von 14 –18 Uhr statt und kosten 50 € und finden in Praxis Wolfgang Pitz, Hauptstraße 20, 69151 Neckargemünd, statt.

Anmeldung bei Anita Burkhart-Röser - Email [a.burkhart-roeser@web.de](mailto:a.burkhart-roeser@web.de)  
Veranstaltung von [www.yoga-philosophie-ayurveda.de](http://www.yoga-philosophie-ayurveda.de)