

Ausbildung: Anusara® Immersion I - III

Wir haben ein ganz spezielles Yoga-Angebot für Euch:

Anusara Basis-Ausbildung

Ende der 1990er Jahre gewann der „neue“ Hatha-Yoga-Stil „Anusara“ immer mehr Beliebtheit – zunächst in den USA, dann immer mehr auch auf unserem Kontinent.

Anusara-Yoga verbindet die Präzision aus dem Iyengar-Yoga mit mehr emotionalen Impulsen. Dabei verwendet er biomechanisch-anatomische Konzepte zur Förderung einer gesunden und nachhaltigen Ausrichtung des eigenen Körpers mit einer positiv-stärkenden inneren Haltung.



Die Immersion-Serie besteht aus 3 Modulen mit jeweils ca. 30 Unterrichtsstunden. Schwerpunkte sind die theoretischen Grundlagen des Anusara-Yoga und die praktische Erfahrung und Umsetzung der universellen Ausrichtungsprinzipien UPA's (Universal Principles of Alignment™), die Yoga-Philosophie, Pranayama, Meditation und Kontemplation. Wir besprechen Asanas im Detail und erarbeiten praxisbezogen die Anatomie.



Die Immersions sind richtig für Dich, wenn du bereits über eine solide Erfahrung im Yoga verfügst und vertiefend insbesondere in die Methodik des Anusara-Yoga einsteigen magst. Auf dem Ausbildungsweg stellt es den ersten Baustein dar. Da die Immersionen ausschließlich die theoretischen Inhalte des Yoga behandeln (die Didaktik und die Kunst des Unterrichts folgt im Anusara Teacher Training), richten sich diese Module auch an die Yoginis und Yogis, die nicht unterrichten wollen, aber ihr persönliches Wissen zum Yoga vertiefen und auf eine neue Ebene heben wollen.

Anusara® Immersion: Ausbildungsdetails

Zur Person von Nicole Konrad, der Anusara-Ausbilderin:

Nicole hat Ausbildungen in Vinyasa-Yoga, im Ashtanga-Yoga und im Anusara® Yoga absolviert. In der Yoga-Richtung des Anusara® hat sie die höchst mögliche Qualifizierung erreicht und ist *Experienced Certified AnusaraTeacher™ (ECAT)*. Sie unterrichtet deutschlandweit und international Aus- und Fortbildungen, Yoga-Retreats und auf Konferenzen.

Buchen kannst Du Deine Ausbildung direkt bei Nicole Konrad. Die Kontaktdaten findest Du unten in der Signatur dieses Flyers.



Die Ausbildungstermine:

Immersion I A: Samstag 31.08. / Sonntag, 01.09. 2024

Immersion I B: Samstag 14.09. / Sonntag, 15.09. 2024

Immersion II A: Samstag, 23.11. / Sonntag, 24.11. 2024

Immersion II B: Samstag, 14.12. / Sonntag, 15.12. 2024

Immersion III A: Samstag 22.02. / Sonntag, 23.02. 2025

Immersion III B: Samstag, 22.03. / Sonntag, 23.03. 2025

Die Unterrichtszeiten:

jeweils samstags von 8:30 – 18:00 Uhr und sonntags von 8:30 – 17:00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 22 Teilnehmer:innen begrenzt. Die Ausbildung findet in Präsenz statt. Solltest Du einmal nicht anwesend sein können, kann die Veranstaltung auch gestreamt werden.

Die Preisgestaltung:

Die gesamte Immersionsreihe (I-III) kostet 1.990 €.

Absolvent:innen der Ausbildung bei der Dozentin, Nicole und bei Aude Vivere erhalten einen Bonus von 100 € und bezahlen 1.890 € für die gesamte Anusara® Immersions.

Eine Einzelbuchung Anusara® Immersion I (A+B), Anusara® Immersion II (A+B) oder Anusara® Immersion III (A+B) wird jeweils mit 700 € berechnet.

Ausbildungsort:

Aude Vivere

Bergische Str. 2
42781 Haan
Tel. 02129 - 94 84 16
Mobil 01525 - 37 62 927
info@aude-vivere.de
www.aude-vivere.de

Anmeldung bei:

Nicole Konrad

Alte Kölner Str. 3
51674 Wiehl
Tel.: 0179 - 4865082
hello@nicolekonrad.de
www.nicolekonrad.de
USt-IdNr.: DE271798891