



Greg Nardi (USA) zu Gast bei Ashtanga Yoga Plus, Königstein, 19. bis 22.9.2019



Greg ist Gründer von Ashtanga Yoga Worldwide in Fort Lauderdale (Florida) und leitet dort ein umfangreiches Mysore Programm. Auch international bietet er seit vielen Jahren Yoga Workshops an. Mit seiner über 20 Jahre währenden Praxis und zahlreichen Reisen nach Mysore (Indien) sowie zu Lehrern in Nordamerika und Europa gehört er zu den sehr erfahrenen Ashtanga Lehrern weltweit. Er beschäftigt sich auch intensiv mit der aktuellen Forschung zum zeitgenössischen und traditionellen Yoga.

Gregs Ziel ist es, die Lehrer-Schüler-Beziehung grundlegend zu verändern. Dabei geht es ihm vor allem darum, einen auf die Schülerin oder den Schüler ausgerichteten konsensualen Unterrichtsstil zu etablieren. Außerdem ist er davon überzeugt, dass Yoga für alle zur Heilung beitragen kann. Er unterstützt alle Praktizierenden darin, den für sie besten Zugang zur Praxis zu finden.

Von **Donnerstag, dem 19. September** bis **Sonntag, den 22. September** wird Greg Nardi bei Ashtanga Yoga Plus in Königstein **Ashtanga Vinyasa Yoga im Mysore Stil** unterrichten:

Programm

	Donnerstag 19. Sept.	Freitag 20. Sept.	Samstag 21. September	Sonntag 22. September
6 - 8 Uhr	Mysore I	Mysore I		
7 - 9 Uhr			Mysore I	Mysore I
10 - 12 Uhr			Philosophie und Chanten	Philosophie und Chanten
15 - 17.30 Uhr		Technik	Technik	Technik
18 - 20 Uhr	Mysore II	Mysore II	Mysore II	Mysore II

In den Technik Klassen wird Greg sowohl auf die sich im Mysore Unterricht wichtigen Themen eingehen wie auch auf individuelle Fragen. Wenn Ihr nicht am gesamten Workshop teilnehmen könnt, empfehlen wir Euch, für eine optimale Lernerfahrung diese Technik Klassen zusätzlich zum Mysore Unterricht zu buchen. Erstmals gibt es für diese Kombination einen Sonderpreis. In den beiden Philosophie Klassen werden wir uns vor allem mit der Bedeutung und der Anwendbarkeit der Yoga Philosophie in der heutigen Zeit beschäftigen.

Kosten

	Frühbuchung (vor dem 1. Juli)	Regulärer Preis
Gesamtprogramm	350 €	410 €
Mysore plus alle Technik Klassen	250 €	300 €
Mysore alleine (4x)	150 €	180 €
Technik Klasse(n) (1x/3x)	60 €/140 €	65 €/160 €
Philosophie Klasse(n) (1x/2x)	55 €/100 €	60 €/110 €

Eine Anmeldung ist erforderlich und wird mit der Bezahlung bindend. Der Mysore Unterricht ist auf 10 Praktizierende begrenzt. Für den Mysore Unterricht werden Buchungen für die gesamte Zeitdauer bevorzugt. Kontaktiert für weitere Informationen und für die Anmeldung bitte Matthias, idealerweise per eMail.

Dr. med. Matthias Schmidt, Goethestr. 40, 61462 Königstein
06174 3240, mkhschmidt@gmail.com, www.ayplus.de