



Greg Nardi (USA) zu Gast bei Ashtanga Yoga Plus, Königstein



8. bis 11. September 2018

Greg Nardi, Gründer von Ashtanga Yoga Worldwide, praktiziert seit mehr als 20 Jahren Ashtanga Vinyasa Yoga. 2003 erhielt er von Sri. K. Pattabhi Jois die Autorisierung zum Unterrichten der 1. Serie, 2009 von Sharath Jois die Autorisierung zum Unterrichten der 2. Serie. Er erlernt derzeit unter Anleitung von Sharath Jois die 3. Serie. Greg leitet seit 2016 ein eigenes Studio in Fort Lauderdale.

Greg hat außerdem Yoga Philosophie bei Jayashree und Narasimha sowie Georg Feuerstein studiert und Sanskrit bei Vyaas Houston vom Amerikanischen Sanskrit Institut.

Greg unterrichtet in tiefer Achtung vor den alten Lehren, die über die Jahrhunderte weitergegeben wurden, und die der Praxis die Kraft geben, das Bewusstsein zu verändern. Er hat die Fähigkeit, gemeinsam mit dem jeweiligen Schüler den für diesen Schüler am besten geeigneten Zugang zur Yoga Praxis zu finden.

Programm

	Samstag	Sonntag	Montag	Dienstag
6 - 8 Uhr			Mysore I	Mysore I
7 - 9 Uhr	Mysore I	Mysore I		
9.30 – 11.30 Uhr	Philosophie und Chanten	Philosophie und Chanten		
15 - 17 Uhr	Technik	Technik	Technik	
18 - 20 Uhr	Mysore II	Mysore II	Mysore II	Mysore II

Die Technik-Workshops widmen sich vor allem den therapeutischen Aspekten des Ashtanga Yoga. Wir besprechen, wie man die erste Serie und die ersten Asanas der zweiten Serie geschickt einsetzen kann, um die vielen therapeutischen Vorteile des Systems zu nutzen. In den Philosophie Workshops diskutieren wir die Bedeutung der Yoga Philosophie für den modernen Lebensstil.

Kosten	Frühanmeldung (bis 1. Juli)	Regulärer Preis
Volles Programm	340 €	390 €
Mysore (4x)	140 €	170 €
Technik Workshop (1x/3x)	55 €/140 €	60 €/160 €
Philosophie Workshop (1x/2x)	55 €/100 €	60 €/110 €

Eine Voranmeldung ist erforderlich und bindend. Die Teilnehmerzahl für den Mysore Unterricht ist auf 10 beschränkt. Für die Mysore Klassen wird Schülern Priorität eingeräumt, die jeden Tag teilnehmen. Für weitere Informationen und Anmeldung bitte Kontakt unter mkhschmidt@gmail.com. Die Kurssprache ist Englisch. Bei Bedarf ist eine Simultanübersetzung möglich.