

# YOGA TRAINING IN BERN



## 27.-29.09.2019 MIT BARBRA NOH

Strength & Grace Yoga (Yoga für Kraft & Anmut) ist ein integrativer Ansatz, eine therapeutisch sinnvolle und nachhaltige Yogapraxis zu kreieren. Er bietet ein prägnantes System einfacher Ausrichtungsprinzipien, die einen Rahmen bilden, in dem Asanas und Bewegungen intelligent erforscht werden können. In dieser Weiterbildung vertiefst du die Verbindung zu deinem Körper. Du wirst dich dazu inspiriert fühlen, auf seine Weisheit zu hören, und du lernst, wie man eine körperliche Erfahrung erschafft, die sich ausgewogen und gesund anfühlt. Du wirst ein Gefühl von Ganzheit gewinnen, indem du mehr Wertschätzung für dein physisches und für dein mentales Selbst entwickelst.

### **Fortbildung: Strength & Grace Yoga Intensive**

Freitag, 27.09., 13.00 - 18.00 Uhr

Samstag, 28.09., 9.30 - 12.30, 14.00 - 17.00 Uhr

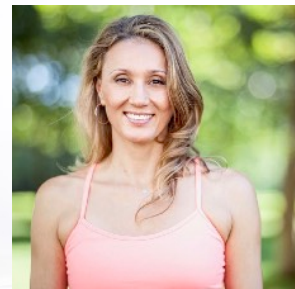
Sonntag, 29.09. 9.30 - 12.30, 13.30 - 16.00 Uhr

### **Ort:**

PHÖNIX, Galgenfeldweg 13, 3006 Bern

**Zielgruppe:** Yogalehrer/innen, Yogalehrende in Ausbildung, & alle, die ihre Praxis intensivieren wollen

**Preis:** CHF 460.--/CHF 420.-- (Early-Bird für die ersten 10 Anmeldungen)



**Infos & Anmeldung:** [www.yogainspiration.ch](http://www.yogainspiration.ch), [info@yogainspiration.ch](mailto:info@yogainspiration.ch)