

Thai-Yoga-Massage - Frischer Wind für Körper, Geist und Seele

Workshop mit Katrin Englert, Yogalehrerin und traditionelle Thai-Yoga-Masseurin

Sonntag, 17. Februar, 10:00 – 17:00

Was ist Thai-Yoga-Massage?

Thai-Yoga-Massage ist eine Druck- und Dehnmassage, auch **passives Yoga** genannt. Sie findet auf einer Matte **in voller Bekleidung** am Boden statt. Die natürlichen Körperenergien werden wieder zum Fließen gebracht, oberflächliche und tiefe Verspannungen gelöst und die Beweglichkeit wird gesteigert. Thai-Yoga-Massage ist sowohl entspannend als auch beweglichkeitsfördernd.



Für wen?

Yogapraktizierende und alle Interessierte. YogalehrerInnen erlernen Möglichkeiten für „Hands on“ und wie sie ihre SchülerInnen in achtsamer Berührung unterstützen können.

Bringe gerne deinen Partner / deine Partnerin mit! Keine Vorkenntnisse erforderlich!

Wozu?

In diesem Einführungs-Workshop lernst du die Grundlagen der Thai-Yoga-Massage und wie du eine ca. 20 minütige Session durchführen kannst. Die Massage kann einen positiven Effekt bei körperlichen Beschwerden haben, z.B. Kopfschmerzen, Verdauungsbeschwerden, Schulter- und Nacken-Verspannungen, Rückenschmerzen, Menstruationsbeschwerden oder anderen stressbedingten Ursachen.

Katrin Englert

Yogalehrerin, Diplom Sozialpädagogin (FH) und NLP Mastercoach und -Trainerin. Inhaberin des Thai Sabai Spa in Bad Heilbrunn. Katrin erlernte im Old Medicine Hospital in Chiang Mai, Thailand, 2003 die Kunst der Traditionellen Thaimassage. Katrins Ziel ist es, die Kunst der traditionellen Thai-Yoga-Massage weiterzugeben, die Menschen in den Genuss eines außergewöhnlichen Massageerlebnisses kommen zu lassen, die Körperwahrnehmung zu schulen und ein Gefühl des Wohlbefindens zu schenken. Katrin praktiziert seit einigen Jahren Yoga und ist Yogalehrerin. Mit ihrem Erfahrungsschatz und ihrer einfühlsamen Art verbindet sie das Bewusstsein mit der Sensibilität für den eigenen Körper und dem des Gegenübers.



Zeit

Sonntag, 17. Februar 2019, 10:00 – 17:00, 1 h Mittagspause

Preis

135 € inkl. Skript

Anmeldemodalitäten umseitig!

Anmeldung

Bitte melde dich rechtzeitig an. Unser kleines, feines Studio bietet dir einen angenehmen, entspannten Rahmen für einen Yoga Workshop in kleiner Gruppe mit maximal 15 TeilnehmerInnen.

Die Anmeldung zu dem Workshop erfolgt verbindlich telefonisch oder schriftlich per Email. Mit der Anmeldung ist der Platz reserviert. Bitte überweise die **Teilnahmegebühr innerhalb von sieben Tagen**, dann ist dein Platz gebucht. Ansonsten wird die Anmeldung wieder automatisch storniert und es besteht kein Anspruch auf einen Platz.

Eine Anmeldebestätigung erfolgt telefonisch oder per Email. Falls kein Platz mehr vorhanden ist, wird die TeilnehmerIn unverzüglich benachrichtigt.

Ein Rücktritt ist bis 14 Tage vor Beginn des Workshops kostenfrei möglich. Die bereits bezahlte Teilnahmegebühr wird dann vollständig zurück erstattet. Sagt die Teilnehmerin / der Teilnehmer ab und die Rücktrittsfrist ist bereits abgelaufen, so muss die Teilnahmegebühr, sollte sie noch nicht bezahlt worden sein, dennoch bezahlt werden. Bei späterem Rücktritt werden keine Kosten mehr erstattet, jedoch kann nach Rücksprache mit Beate Bleif eine Ersatzperson gestellt werden.

Bitte melde dich rechtzeitig in der yogaria an, denn wir haben nur ein begrenztes Platzangebot und kleine Gruppen.

Mit der Anmeldung überweise bitte die Teilnahmegebühr auf folgendes Konto:

Beate Bleif

IBAN: DE81700400410660877200

Betreff: Thai Yoga Massage

Ort

YOGARIA Studio

Tal 26

80331 München

U/S-Bahn Marienplatz, S-Bahn Isartor

Fon: +49 89 61 02 99 58

Mobil: 0177 / 613 55 26

Mail: info@yogaria.de

Website: www.yogaria.de