

EINLADUNG

z u r

Jährlichen Weiterbildung der
Yoga Vereinigung Österreich 2024

zum Thema:

Einführung in die Koshas-Philosophie:

Aufbau und praktische Anwendung im Lebensalltag
und im Yogaunterricht

Freitag, 4. Oktober - Sonntag, 6. Oktober 2024

mit

Karin-Karunadevi Steiger und Dirk Bock

Yogahof Kukmirn - Südburgenland

Vortragende



Karin-Karunadevi
zertifizierte Yogalehrerin (YVO) /
Yogatherapeutin (DPS)

Inhaberin der Yoga-Schule Kärnten
Karin Steiger e. U.
9020 Klagenfurt am Wörthersee,
Stauderplatz 8

E-Mail:
kontakt@yogaschulekaernten.at
Mobil: +43 (0) 664 3373236
Internet:
www.yogaschulekaernten.at



Dirk Bock, Mensch
Befreiungs-Coach
Beratung, Coaching, Mentoring,
Training

Inhaber von authentikos – Institut
für Persönlichkeitsentwicklung
Dirk Bock e. U.
9020 Klagenfurt am Wörthersee,
Stauderplatz 8

E-Mail: kontakt@dirkbock.at
Mobil: +43 (0) 664 73884100
www.dirkbock.at

Einführung in die Koshas – Philosophie, Aufbau und praktische Anwendung im Lebensalltag und im Yoga-Unterricht

Beschreibung

Entdecke die Hüllen (Koshas) deines Seins und lerne, wie du dieses Wissen in deinem Leben und im Yoga-Unterricht anwenden kannst.

Zielgruppe

Dieser Workshop ist ideal für:

- Yoga-Lehrer, Yoga-Lehrerinnen, die ihr Wissen zu den Koshas und damit ihre Alltags-Praxis vertiefen möchten.
- Yoga-Lehrer, Yoga-Lehrerinnen die nach neuen Inspirationen und Techniken für ihren Unterricht suchen.
- Jeder, der daran interessiert ist, die Philosophie der Koshas zu erforschen und anzuwenden.

Lehrinhalte

- **Philosophie der Koshas**
 - Die Koshas in den Yoga Schriften.
 - Verbindung der Koshas mit dem Konzept des Selbst (Atman) und dem Absoluten (Brahman).
- **Aufbau der Koshas**
- **Praktische Anwendung im Lebensalltag**
 - Methoden zur Pflege und Stärkung der Koshas im täglichen Leben.
 - Integration der Koshas in eine ganzheitliche Lebensweise.
 - Praktische Erfahrung durch Anleitung des Kursleiters.
- **Praktische Anwendung im Yoga-Unterricht**
 - Didaktische Ansätze zur Einbindung der Koshas in den Yoga-Unterricht.
 - Spezifische Asanas, Pranayama-Techniken und Meditationen für die Koshas.
 - Praktische Erfahrung durch Anleitung der Kursleiterin.
- **Ziele des Workshops**
 - Verständnis der philosophischen Grundlagen und der Bedeutung der Koshas.
 - Erlernen praktischer Methoden zur Integration der Koshas im Alltag.
 - Gestaltung von Yoga-Unterrichtseinheiten mit den Koshas.

Details

Beginn: Freitag, 4. Oktober 2024 17.00 Uhr

Ende: Sonntag, 6. Oktober 2023 13.00 Uhr

Ort: **Yogahof Kukmirn**
A-7543 Kukmirn
Zellenbergstrasse 15
Tel. +43 664/9144007
E-Mail: info@yogahof-kukmirn.at

Wir bitten dich, die Zimmerreservierung direkt am Yogahof Kukmirn vorzunehmen.

Da nur eine beschränkte Zimmeranzahl direkt vor Ort gegeben ist, ist es empfehlenswert bald zu buchen.

Die Zimmerpreise und nähere Informationen entnimm bitte der Homepage unter:
<https://yogahof-kukmirn.at/gaestehaus-zimmer/>

Seminarbeitrag: für YVO-Mitglieder € 250 Euro bzw. € 170 nach
Förderungsabzug (€ 80 Förderung)
für Nichtmitglieder € 250 Euro

Wir bitten dich den Seminarbeitrag auf folgendes Konto zu überweisen:

Yoga Vereinigung Österreich
Sparkasse Korneuburg
BIC: SSKOAT21XXX - IBAN: AT93 20227 000 000 19638

Die Weiterbildung wird dir mit 16 Stunden angerechnet.

Für den Vorstand

Horst Buchebner

Kukmirn, im Juni 2024

ANMELDUNG ZUR WEITERBILDUNG DER YVO

von 4. - 6. Oktober 2024 am Yogahof Kukmirn

Familienname Vorname

Straße Haus-Nr. Stg. Tür.....

Ort PLZ

Telefon E-Mail:

Ich nehme an der Weiterbildung von 4. - 6. Oktober 2024 am Yogahof Kukmirn teil.

YVO-Mitglied:

Ja

Nein

Die Tagungsgebühr von € 250 habe ich auf das untenstehende Konto der YVO überwiesen:

SPARKASSE KORNEUBURG – Yoga Vereinigung Österreich

IBAN: AT93 20227 000 000 19638 –

BIC: SSKOAT21XXX

Zahlungsreferenz: Weiterbildung Koshas-Philosophie

Der Förderungsbetrag in der Höhe von € 80 wird nach Einreichung rücküberwiesen.

.....
Datum

.....
Unterschrift

Bitte sende deine Anmeldung baldigst an diese Adresse, damit dein Platz gesichert ist. Die Zimmerbuchung bitte direkt am Yogahof Kukmirn vornehmen!!!

Yoga Vereinigung Österreich, c/o Horst Buchebner,

Zellenbergstraße 15, A-7543 Kukmirn oder

E-Mail: yoga@yoga-vereinigung.at

Anmeldeschluss: 9. September 2024