



Yoga und Ayurveda – gemeinsam wirken sie besser

Beim diesjährigen Yoga-Symposium steht das Motto „Flexibler Körper - flexibler Geist“ im Mittelpunkt – mit interessanten und praxisorientierten Workshops und Vorträgen langjährig erfahrener Yogalehrer/-innen und Referenten/-innen.

Das abwechslungsreiche Programm eröffnet neue Impulse für die persönliche und berufliche Yogapraxis. Hochkarätige Asana-Workshops mit ganzheitlichem body-mind-Ansatz und Impulsen des Ayurveda und der Psychotherapie.

Wir freuen uns auf ein inspirierendes Yoga-Event in gemeinsamer Freude am Yoga und ebenso auf die herzlichen Begegnungen mit neuen und bekannten Yoga-Freunden und -Ausbildungsteilnehmern an der Europäischen Akademie für Ayurveda.

Herzlich willkommen
zum 12. Yoga-Symposium in Birstein

Kerstin & Mark Rosenberg

Samstag, 30. April 2016

- 15:00 Eröffnungspodium mit *Mark Rosenberg, Prof. Dr. Martin Mittwede* und den Referenten zum Schwerpunktthema „Flexibler Körper – Flexibler Geist“
- 16:00 - 17:45 Workshops
- *Akasha Hermanns*: Flexibilität und Erdung in der yogatherapeutischen Begleitung von Dosha-Störungen
 - *Heike Fußwinkel*: Yoga hat kein Alter
- 18:00 - 19:00 Vortrag
- *Ulrich Koch*: Yoga und Embodiment - Die Einheit von Körper und Geist
- 19:00 Abendessen
- 19:45 - 20:30 Infoveranstaltung zu den Yogaausbildungen an der REAA
- 20:30 Abendprogramm

Sonntag, 1. Mai 2016

- 7:00 - 9:00 Workshops
- *Julia Schulz*: Slow down – achtsame Yogastunden zur Entschleunigung
 - *Birgit Gröne*: Offener Geist und flexibler Körper
- 9:00 Frühstück
- 10:00 - 11:45 Workshops
- *Stephanie Bunk*: Yoga- und Meditationsworkshop: Gegenwärtigkeit!
 - *Natalie Streichert*: Yoga des Übens - Drei Aspekte des Kriya Yoga
- 12:00 - 13:00 Vortrag
- *Kerstin Rosenberg*: Detox für den Geist – Ayurvedische Psycho-Diätetik für die Yogapraxis
- 13:00 Mittagessen
- 14:15 - 16:00 Workshops
- *Ulrike Kienzle*: So wirkt Yoga auf die Psyche! Asana einmal anders betrachtet.
 - *Thomas Möllmann*: Flexibilität - eine Frage des Loslassens
- 16:15 - 17:00 Abschlussveranstaltung

Anmeldung online unter www.ayurveda-akademie.org sowie per E-Mail und Fax möglich.



Verbindliche Anmeldung

Europäische Akademie für Ayurveda

Forsthausstraße 6
63633 Birstein-Obersotzbach
Tel +49 (0) 6054-91 31-0, Fax -36
www.ayurveda-akademie.org

* Teilnahmebedingungen sind nachzulesen im Internet sowie im Ausbildungsprogramm 2016.

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Yoga-Symposium (YSP16.1) an, zum Preis von € 195,- inkl. Verpflegung, zzgl. Unterkunft. *

Bitte schicken Sie mir kostenlos das umfangreiche Informationsmaterial der Ayurveda-Akademie zu:
Ich interessiere mich für Yogalehrer-Ausbildung Fortbildungen für Yogalehrer Ayurveda

Vorname	Name	Tel.
PLZ/Ort	Strasse	
Email	Datum/Unterschrift	

Referenten



Akasha Susanne Hermanns, ist Yogalehrerin (REAA), Diplom-Wirtschaftsinformatikerin und Heilpraktikerin. Ihre eigene Yoga- und Meditationspraxis begann sie im Alter von 16 Jahren. Seit 2009 unterrichtet sie Hatha-Yoga, Meditation und Ayurveda in Kursen, Seminaren und Einzelbegleitungen. Sie hat mehrjährige Erfahrung in der Leitung von Management-Workshops und Coachings mit den Schwerpunkten Selbstmanagement, Führung und Motivation und begleitet als Dozentin die Ausbildungen zum Yogaübungsleiter und Yogalehrer an der REAA.



Birgit Gröne ist Yogalehrerin, Ayurveda-Medizinerin, Heilpraktikerin, Physiotherapeutin. Bei mehrmaligen Indienaufenthalten mit verschiedenen Praktika vertiefte sie ihr Wissen nachhaltig. Sie gibt ihre Erfahrungen authentisch und dennoch angepasst an unsere westliche Gewohnheiten weiter, um mit dem Patienten individuell den bestmöglichen Erfolg zu erzielen. Ihre Gruppenarbeit basiert auf einer zeitgemäßen, ganzheitlich ausgerichteten Körper- und Bewegungspädagogik, die auf Stressbewältigung und Gesundheitsvorsorge ausgerichtet ist.



Heike Fußwinkel, Yogalehrerin MYI und Pilates-Trainerin, begann im Alter von 16 Jahren mit der Praxis des Yoga, Ayurveda, dem Studium ganzheitlicher Gesundheit und fernöstlicher Philosophien. Ihr Grundgedanke: die Idee von „Freiheit“ als Anregung zu vermitteln, so dass jeder auf seine persönliche Weise dorthin finden kann. Sie leitet ihre eigene Schule und unterrichtet geprägt von der Liebe zu harmonischen Bewegungsabläufen (vinyasas), innerer und äußerer Kraft, Fluss, Balance und Ausgeglichenheit.



Julia Schulz, Yogalehrerin REAA, wurde von verschiedenen nationalen und internationalen Yogalehrern unterrichtet und ausgebildet. Seit ihrem Studium der Literatur- und Kulturwissenschaften gilt ihre große Liebe der Philosophie und dem tiefen Wissen über die Zusammenhänge von Mensch und Kosmos. Seit drei Jahren unterrichtet sie Yoga in Gruppen, Seminaren und Einzelcoachings in Berlin. Dabei ist es ihr wichtig, den Mensch in seiner Gesamtheit und in seiner Verbindung zur Umwelt wahrzunehmen und einen Raum zu schaffen, in dem die Teilnehmer sich selbst (neu) erfahren können.



Kerstin Rosenberg, leitet gemeinsam mit ihrem Mann die Europäische Akademie für Ayurveda. Die international bekannte Spezialistin für Ayurveda und Ernährung bildet seit 1996 Menschen in Ayurveda-Ernährungs- und -Gesundheitsberatung, -Psychologie und -Therapie in ganz Europa aus. Sie hat eine 20-jährige Ayurveda-Praxiserfahrung und steht täglich im Kontakt zu Patienten, Ausbildungen teilnehmen und Kurgästen. Als Buchautorin hat sie mittlerweile sieben Ayurveda-Bücher publiziert, die zu den bekanntesten Werken der Ayurveda-Literatur zählen.



Mark Rosenberg, leitet die Europäische Akademie für Ayurveda. Als Manager eines der erfolgreichsten Ayurveda-Zentren Europas arbeitet er international als Vastu- & Unternehmensberater, gestaltet Räume und referiert über Vastu-, Yoga- & Persönlichkeitsentwicklung.



Prof. Dr. Martin Mittwede, Studium der Indologie und Religionswissenschaft, interdisziplinäres Forschungsprojekt der DFG über Ayurveda-Medizin, Habilitation an der Universität Frankfurt / Main, langjährige Erfahrungen in der ärztlichen Fortbildung, Entwicklung eines ernährungsmedizinischen Curriculums, zahlreiche Publikationen zum Yoga und Vedanta, Studienleiter des Master-Studiengangs der Middlesex University, London, an der Europäischen Akademie für Ayurveda.



Natalie Streichert, Yogalehrerin sowie Ayurveda-Gesundheitscoach (IHK), Ayurveda-Ernährungs- und Gesundheitsberaterin und Ayurveda-Köchin, Mitglied im BDY – Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland. Nach zwei Yoga-Lehrer Ausbildungen, unterrichtet sie seit 2012 an verschiedenen Schulen, bietet Präventionskurse an.



Stephanie Bunk, Dipl.-Rehabilitationspsychologin, Yogalehrerin und psychologische Ayurvedaberaterin. Nach mehrjähriger Reisezeit baute sie ihr eigenes Yogazentrum auf und begleitet nun Menschen in ihren spirituellen Entwicklungsprozessen.



Thomas Möllmann, leitet seit 2014 ein eigenes Yogastudio. Sein Schwerpunkt ist die korrekt ausgeführte Haltung, ohne dabei den spirituellen Aspekt aus den Augen zu verlieren. Neben dem Unterrichten von Yogakursen und Einzelsitzungen ist er noch als ayurvedischer Ernährungs- und Gesundheitsberater tätig.



Ulrich Koch, Arzt, Yogalehrer, leitet seit vielen Jahren die Homöopathische Praxis in der Psychiatrischen Institutsambulanz in Hofheim. Als ein international tätiger Experte und Referent ist er Vorreiter für die Forschung und klinische Anwendung von Yoga und Meditation für Menschen mit psychischen Beschwerden sowie speziell bei Schlafstörungen.



Dr. Ulrike Kienzle Musikwissenschaftlerin, Yogalehrerin (REAA), Psycholog. Ayurveda-Beraterin (REAA) und Pflanzenheilkundige. Langjährige Erfahrung als Hochschullehrerin an der Universität Frankfurt a.M., seit 2013 eigenes Yogastudio in Mörfelden-Walldorf. Schwerpunkt ihrer Arbeit ist die lebendige Vermittlung der Philosophie des Yoga sowie die spirituelle Begleitung von Menschen in Phasen der Neuorientierung und Selbstfindung. Dabei verbindet sie die Weisheit der vedischen Wissenschaften mit den heilsamen Wegen des Hatha-Yoga und der Meditation.

Infoveranstaltung

zu den Yogaausbildungen an der REAA
Samstag 19.45 - 20.30 Uhr