

NADIS, MERIDIANE & CO: Praktische Arbeit mit den Energieleitbahnen

Weiterbildungskurs mit Barbara Burkhardt

Kurze Beschreibung:

Yoga, Thai Yoga Massage, Taoismus, traditionelle chinesische Medizin oder Shiatsu, in **allen** fernöstlichen Heiltraditionen finden wir ein Modell des Menschen und seines Körpers, das auf Energie basiert. All diese Traditionen sind ganzheitlich, weil sie die Untrennbarkeit von Körper, Geist und Seele anerkennen. Sie gehen davon aus, dass zwischen festen und sogenannten feinstofflichen Dimensionen eine ständige, gegenseitige Wechselwirkung besteht.

Nadis oder Meridiane sind Kanäle, in welchen die Lebenskraft (Prana/Qi) fließt. Diese Kanäle sind untereinander verbunden und bilden ein verzweigtes Netzwerk, welches alles miteinander verwebt: die inneren Organe mit der Oberfläche des Körpers, die verschiedenen Gewebe des Körpers mit dem Geist, Yin mit Yang, die Erde mit dem Himmel. Über die Nadis bzw. Meridiane werden alle körperlichen, emotionalen, geistigen und spirituellen Funktionen gesteuert.

An diesem Wochenende ergründen wir die Welt der feinstofflichen Anatomie und Physiologie dieser Energieleitbahnen mittels Yin Yoga und Thai Yoga Massage Techniken entlang der Meridiane. Wir erleben, wie diese Arbeit unser energetisches Gleichgewicht im Körper und Geist beeinflusst und verändert. Als theoretische Untermauerung beschäftigen wir uns mit den wichtigsten Prinzipien der fernöstlichen Energielehre.

Kursinhalt:

- 2 ausgedehnte Praxis Sequenzen pro Tag
- Direkte Arbeit mit den Energieleitbahnen (Yin Yoga und Thai Yoga Massage)
- Das Konzept der Nadis/Meridiane
- Wesentliche Prinzipien der Energielehre

Kursziel:

Das Verständnis von den Energieleitbahnen (Nadis, Meridiane) und ihren energetischen Aspekten unserer Yogapraxis be - greifbar und ver - ständlich machen.

Kursleitung:

Barbara Burkhardt

Dipl. Yogalehrerin YCH/EYU
Thai Yoga Massage Therapeutin
Psychotherapeutin FSP
Dozentin für Hatha Yoga und Meditation an der Lotos Yoga
Aus- und Weiterbildungsschule

Termin:

22. / 23. Mai 2021 (Pfingsten)

Kurszeiten:

09.30 – 17.30 Uhr

Anmeldeschluss:

5. Mai 2021

Anzahl Stunden:

14 h (2 Tage à 7 h)

- Anzahl TN:** min. 10 / max. 18
- Ort:** Yoga Zentrum Lotos, Rütimeyerstrasse 40, 4054 Basel
- Kosten:** Aktivmitglieder YCH: CHF 320
Nichtmitglieder YCH: CHF 360
- Übernachtung:** Kostenlose Übernachtung im Lotos Yoga Zentrum nach Absprache möglich.
- Anmeldung:** Sekretariat Lotos Yoga, Rütimeyerstrasse 40, 4054 Basel
Mail: sekretariat@lotosyoga.ch, Telefon 061 271 40 86
- Rücktrittsbedingungen:** Wird eine Anmeldung widerrufen, werden allfällige Kosten gemäss unseren Allgemeinen Geschäftsbedingungen in Rechnung gestellt: siehe AGB (Seite 3/3 www.lotosyoga.ch)
- Link** www.lotosyoga.ch

