



**Greg Nardi (USA) vom
29. Oktober bis zum
1. November 2017 zu
Gast bei Ashtanga Yoga
Plus, Königstein**



Greg Nardi unterrichtet vom **29. Oktober bis zum
1. November** bei Ashtanga Yoga Plus in

Königstein **traditionelles Ashtanga Vinyasa Yoga im Mysore-Stil**. Greg praktiziert seit mehr als 20 Jahren Ashtanga Vinyasa Yoga. 2003 erhielt er von Sri. K. Pattabhi Jois die Autorisierung zum Unterrichten der 1. Serie und 2009 von Sharath Jois die Autorisierung zum Unterrichten der 2. Serie. Greg hat Yoga Philosophie bei Jayashree und Narasimha sowie Georg Feuerstein studiert und Sanskrit bei Vyaas Houston vom Amerikanischen Sanskrit Institut. In den USA hat Greg verschiedene Yoga-Zentren mit aufgebaut. Seit 2016 leitet er mit seinem Ehemann ein Mysore-Programm in Fort Lauderdale, Florida.

Greg unterrichtet in tiefer Achtung vor den alten Lehren, die über die Jahrhunderte weitergegeben wurden, und die der Praxis die Kraft geben, das Bewusstsein zu verändern. Er hat die Fähigkeit, gemeinsam mit dem jeweiligen Schüler den für diesen Schüler am besten geeigneten Zugang zur Yoga Praxis zu finden.

Für weitere Details sei auf seine Webseite www.ashtangayogaworldwide.com verwiesen.

Programm

	Sonntag		Montag	Dienstag	Mittwoch
7 - 9 Uhr	Mysore Gruppe I	6 - 8 Uhr	Mysore I	Mysore I	Mysore I
9.30 - 12 Uhr	Philosophie und Chanten				
15 - 17 Uhr	Technik	15 - 17 Uhr	Technik	Technik	
18 - 20 Uhr	Mysore Gruppe II	18 - 20 Uhr	Mysore II	Mysore II	Mysore II

Die Technik-Workshops widmen sich vor allem den therapeutischen Aspekten des Ashtanga Yoga. Wir besprechen, wie man die erste Serie und die ersten Asanas der zweiten Serie geschickt einsetzen kann, um die vielen therapeutischen Vorteile des Systems zu nutzen. In dem Philosophie-Workshop diskutieren wir die Bedeutung der Yoga-Philosophie für den modernen Lebensstil.

Kosten	Frühanmeldung (bis 15. Juli)	Regulärer Preis
Volles Programm	290 €	330 €
4x Mysore	130 €	160 €
Technik Workshop	50 €	55 €
Philosophie Workshop	45 €	50 €

Eine Voranmeldung ist erforderlich und bindend. Die Teilnehmerzahl für den Mysore-Unterricht ist auf 10 beschränkt. Für die Mysore-Klassen wird Schülern Priorität eingeräumt, die jeden Tag teilnehmen. Für weitere Informationen und Anmeldung bitte Kontakt unter mkhschmidt@gmail.com. Die Kurssprache ist Englisch. Bei Bedarf ist eine Simultanübersetzung möglich.