

Mag. Roswitha Schneider

Yogapraxis seit 1977/78.

Unterrichtet Yoga seit 1987.

Ausbildung beim Berufsverband Deutscher

Yogalehrer BDY 1986-1990; danach

Weiterbildung bei mehreren europäischen

und indischen Lehrern verschiedener

Yogarichtungen, v.a. in der Arbeit mit Marmas

(vitale Stellen) und in Ayurveda bei R. Bögle

(Yoga Forum München), **Hatha Yoga** nach

Iyengar; sowie bei den Ärzten Dr. I. Dalmann/

M. Soder (Yogazentrum Berlin) - **Viniyoga**

nach Desikachar, sanftes bis kräftiges

Astanga Yoga. Unterricht und Weiterbildung

in **Ayurveda** bei Dr. Narendra Bhatt (Bombay).

TriYoga Flow bei Kali Ray - Basic level.

Ausbildung in der **Spiraldynamik** bei

Dr. Larsen (Schweiz).

Weiterbildung betreffend **Osteoporose**

(Orthopäd. Spital Speising, bei

Prof. Dr. Tielscher).

Gründungsmitglied des Berufsver-

bandes der Yogalehrer Oesterreichs

BYO.

Was ist Yoga?

Yoga hat die Gesundheit und

Gesunderhaltung des Körpers, des Geistes

und der Seele als Ziel. Dementsprechend

sind alle Bewegungen an den eigenen

Atemrhythmus angepasst, begleitet

und unterstützt mit dem philosophischen

Gedankengut u.a. des Samkhya und der

Sutren von Patanjali. Im körperlichen

ganzheitlichen Üben, erkenne ich meine

Grenzen und entwickle ein Verständnis für

meine ganz persönliche Situation und ich bin

in der Lage zu entscheiden, was gut für mich

ist. Denn Yoga ist eine Herzensbildung

im Besonderen.

Ich freue mich auf Ihr Kommen.

Mag. Roswitha Schneider

Dipl. Yogalehrerin der Europäischen Yoga Union

Berufsverband der Yogalehrer Oesterreichs

Berufsverband der Deutschen Yogalehrer

... mehr als Fitness ...



Yoga

in Mauer

Oktober 2017 - April 2018

Mag. Roswitha Schneider

Dipl. Yogalehrerin

BYO - BDY - EYU

Tel. & Fax 01 / 923 36 31

Mobil: 0699 / 1 923 36 31

[E-mail: yoga.rs@gmx.at](mailto:yoga.rs@gmx.at)

www.yogainmauer.at

KURSINFORMATIONEN



Anmeldung:

Unbedingt erforderlich unter

Tel. & Fax 01 / 923 36 31

Mobil: 0699 / 1 923 36 31

E-Mail: yoga.rs@gmx.at

Kursbeitrag:

Anzahlung: EUR 50,00

Restzahlung vor Kursbeginn

Bankverbindung: Erste Bank

IBAN: AT39 2011 1000 3671 2604

BIC: GIBAAWWXXX

Erwachsene (22x):

EUR 365,00

Schüler, Studenten, Jugendliche(22x):

EUR 330,00

Wintersemester: 03.10.2017 - 25.04.2018

Jeder Kursteilnehmer übt in

EIGENER Verantwortung.

AKTUELLE KURSE



Ort:

"Am Spiegeln"

Seminarzentrum/hotel

Johann Hörbiger Gasse 30

1230 Wien

Einführungskurse:

Vorbereitung für Aufbaukurse

Dienstag (22x): Kursbeginn **03.10.2017**

19:40 - 21:00 h

Mittwoch (22x): Kursbeginn **04.10.2017**

10:10 - 11:30 h

Aufbaukurse:

Dienstag (22x): Kursbeginn **03.10.2017**

18:00 - 19:20 h

Mittwoch (22x): Kursbeginn **04.10.2017**

08:30 - 09:50 h

18:00 - 19:20 h

19:40 - 21:00 h

[Aktuelles im Internet!](#)

HINWEISE



Bekleidung

Bequeme Hose (Jogging- oder Trainingshose: im Bund locker)

Woll oder Baumwollsocken

Mitzubringen:

Warme Wolldecke

leichte 2. Decke

rutschfeste Übungsmatte

Einzelstunden und Einstiege

jederzeit möglich (für Erwachsene - Schwangere und Jugendliche)

Änderungen vorbehalten!