

**Modulare ChiYoga-Ausbildung ab März 2018
mit Lucia Nirmala Schmidt
(internationale Anerkennung durch YogaAlliance® 200h)**



Yoga ist ein uralter Baum, der seit mehr als 3'000 Jahren lebt. Er ist tief und dauerhaft in der indischen Erde verwurzelt, hat einen soliden Stamm mit vielen Ästen, unzähligen Zweigen und vielen tanzenden Blättern im Wind. Ein wunderschöner Baum, der Weise, Erleuchtete, Suchende, Übende und Gelehrte inspirierte und selbst auch viele Wandlungen durchlebt hat. Yoga zeigt verschiedene Wege mit immer dem gleichen Ziel: Selbsterkenntnis und den Zustand inneren Friedens zu erleben und tiefes Glück zu erfahren.

ChiYoga ist einer dieser vielen Zweige mit dem Anliegen, Yogatradition zeitgemäß zu vermitteln und erfahrbar zu machen. ChiYoga kombiniert dynamisch-fließende Bewegungen mit Kraft, Ruhe und einem bewusst gelenkten Atem. Die dynamischen Flows bringen in Fluss, was stagniert ist und regulieren dabei gleichzeitig Spannungen auf körperlicher und geistiger Ebene - der Körper wird beweglich und stark, der Kopf wieder frei. Durch die Verbindung der einzelnen Übungen entsteht ein Fluss, der äußerlich sichtbar und innerlich spürbar ist. Die kontinuierliche Wiederholung der sich ergänzenden Abfolgen wird nach und nach die bewusste, vom Verstand gesteuerte Kontrolle ausgeschaltet. Es entsteht Meditation in Bewegung. Der Schwerpunkt liegt – je nach Jahreszeit – bei verschiedenen Themen, Elementen, Organen und Meridianen. Bei ChiYoga wird der ganze Organismus über die Meridiane harmonisiert und revitalisiert und findet so zur Balance zurück. Übungen, die zur Jahreszeit passen, bringen den Rhythmus der Natur zurück ins Leben, schenken Energie und Gelassenheit. Eines seiner Ziele ist es, die Essenz der zeitlosen Yoga-Lehren in einer zeitgenössischen, alltagsnahen und verständlichen Sprache weiterzugeben, damit sie bewusst in den Alltag und ins Leben integriert werden kann. Musik, Humor und Leichtigkeit gehören für Lucia Nirmala Schmidt genau so zum Yoga-Unterricht wie Achtsamkeit und Stille.

Schritt für Schritt bieten Ihnen die einzelnen Levels der ChiYoga-Ausbildung die Möglichkeit, mit zeitgemäßen Konzepten und einem strukturierten Aufbau immer tiefer in die Welt des Yoga einzutauchen.

Leitbild

ChiYoga möchte helfen, Zugang zur eigenen inneren Kraft zu finden und in dieser Kraft zu bleiben. Er möchte ausser dem ermutigen, vermeintlich unumstössliche Glaubenssätze in Frage zu stellen und wahrzunehmen, was in diesem Moment wichtig für dich ist und dir wirklich gut tut. Er möchte ermutigen, keinen Regeln und Theorien unreflektiert zu folgen, nur weil sie alt überliefert sind, sondern vielmehr den inneren Dialog, die Intuition fördern und in Kontakt mit der inneren Schöpfungskraft, Weisheit oder Intelligenz – im Tantrismus wird diese Instanz śakti oder Devī genannt – zu kommen.

ChiYoga hilft, die eigene Wahrnehmung zu verfeinern, sie nach innen zu richten, um bewusster im Hier und Jetzt zu leben. Durch den ChiYoga-Unterricht soll ein Raum entstehen, der es erlaubt, sich selbst darin zu entfalten, die eigene Praxis und das eigene Verständnis von Yoga, von sich selbst und der umgebenden Welt zu vertiefen. Er möchte Mut machen, neue Wege zu gehen, zu experimentieren, neue und v.a. eigene Wahrheiten zu entwickeln und so ein neues Verständnis für Körper, Bewegung, Meditation und Energie zu finden.

„Um Yoga zu erfahren und zu leben, muss man nicht asketisch sein, sich irgendwo im Himalaya in eine Höhle zurückziehen oder versuchen, den gängigen Yoga-Klischees zu entsprechen. Auch in unserem urbanen Umfeld ist eine tiefgreifende Yogapraxis möglich.“ (LuNa, 2009)

Ausbildungsstruktur und Daten Hannover 2018 - 2019

Der Lehrgang gliedert sich in 6 einzelne Module (ChiYoga Basic – ChiYoga Level 5) mit insgesamt 19 Tagen, einem Intensiv-Modul von 6 Tagen sowie einer praktischen Abschlussprüfung. Hinzu kommen die individuelle Praxis und das Studium zu Hause.

Nach Abschluss sämtlicher Module (sowie erfolgreicher Abschlussprüfung) bekommen Sie ein Diplom von BodyMindSpirit und haben die Möglichkeit, sich bei der YogaAlliance® registrieren zu lassen. Sie erlangen dadurch die Zertifizierung «Registered Yoga Teacher (RYT 200)» und somit eine internationale Anerkennung. Infos zur gebührenpflichtigen Anerkennung und der YogaAlliance® finden Sie unter: www.yogaalliance.org.

Inhalt Lehrgang YA200h⁺ □ 25 Tage

- | | | |
|------------------------------|---------------------------|---------------------------------|
| ● ChiYoga Grundlagen(4 Tage) | 08. - 11.02.2018 | LuNa Schmidt |
| ● ChiYoga Level 1 (3 Tage) | 11. - 13.05.2018 | LuNa Schmidt |
| ● ChiYoga Level 2 (3 Tage) | Termin folgt | LuNa Schmidt |
| ● ChiYoga Level 3 (3 Tage) | 21. – 23.09.2018 | Tamara Lenherr, Barbara Brugger |
| ● ChiYoga Level 4 (3 Tage) | 23. – 25.11.2018 | Tamara Lenherr |
| ● ChiYoga Level 5 (3 Tage) | 11. - 13.01 2019 | LuNa Schmidt |
| ● Intensiv-Modul (6 Tage) | ca. April/Mai 2019 | LuNa Schmidt mit Assistenz |

Ausbildungsinhalt

ChiYoga Grundlagen

Neben der āsana-Praxis und der Schulung des Bewusstseins über eine sowohl biomechanisch wie auch energetisch günstige Ausrichtung in den āsana legt Lucia Nirmala in diesem Modul großen Wert auf die vorbereitenden Übungen und das Erlernen der für ChiYoga typischen wellen- und spiralförmigen Bewegungen. Eine Yoga-Haltung wird nicht durch äußere Anstrengung, Technik und Perfektion erreicht, sondern muss von innen her belebt werden. Es hilft, sich daran zu erinnern, dass die gesamte Erde wie auch unser Körper mehrheitlich aus Wasser bestehen. In den āsana das Fließende, Weiche, Runde, Anpassungsfähige, Sanfte zu suchen, bringt uns dem Wesen unseres Seins näher und entspricht mehr dem Leben als das Feste, Starre, Angespante.

Die hier gelernten Basic-Flows dienen als Grundlage, auf denen die Variationen der nächsten Levels aufbauen. In diesem ersten Modul steht, neben der systematischen Einführung in die Geschichte des Yoga sowie der Kerngedanken der verschiedenen yogischen Strömungen und in die Grundlagen des Tantrismus und des Hatha Yoga, auch die praxisbezogene Anatomie der Wirbelsäule, der Hüftmuskulatur und des Zwerchfells im Fokus.

- Einführung in die Geschichte, Ursprünge und Philosophie des Yoga
- Kerngedanken der verschiedenen yogischen Strömungen
- Tantrische Philosophie
- Grundlagen des Haṭha Yoga
- āsana im Yogasūtra und in der Haṭha Yoga Pradīpikā
- Ausrichtungsprinzipien (Atem, spanda, Wellen, Spiralen, vinyāsa als āsana, nāda)
- Anatomie: Wirbelsäule, Hüftmuskulatur, Zwerchfell
- Praxis: Basic Flows mit Fokus auf sūryanamaskār und verschiedene Variationen davon, prāṇā kāraṇā
- prāṇāyama im Yogasūtra
- Yoga-Atmung (sahāja, pūrṇa, bhrāmarī)
- Tönen: a-u-m
- hasta mudrā
- Aufbau und Gestaltung einer ChiYoga-Stunde

ChiYoga Level 1

In diesem Modul geht es u.A. um die ChiYoga-typischen fließenden Übergänge. Die Flows im ChiYoga sind gekennzeichnet durch weit ausgedehnte, sanft-elastische und rund-spiralförmige Bewegungen. Das gedrehte, spiralförmige Ausdehnen unterstützt die natürliche Struktur von Muskeln, Sehnen, Knochen und Blutgefäßen, die fast alle in sich gedreht sind. Materie und Energie organisieren sich im gesamten Universum nach den Gesetzmäßigkeiten von Welle und Spirale. Schlangen- oder Wellenbewegungen sind Abläufe, die die Grundrhythmen des Lebens aufgreifen. Sich präsent, mit wachem Geist und vom Atem beseelt diesen schlängelnden, wellen- und spiralförmigen Bewegungen hinzugeben, erlöst die tiefsten Geheimnisse des Körpers. Die wellen- und spiralförmigen Bewegungen aktivieren die physiologischen Funktionen auf subtile Weise: Das Meridiansystem wird aktiviert und die inneren Organe werden reguliert und harmonisiert. Ein anderer Fokus ist die Anatomie des Beckens und des Schultergürtels sowie die Frage, was es heißt, sich individuell biomechanisch günstig auszurichten in den Standhaltungen und Stützübungen.

- Tantrische Philosophie
- Ausrichtungsprinzipien (Atem, spanda, 5 vāyu, Spiralen, vinyāsa als āsana, nāda)
- Anatomie: Hüftgelenke, Schultergelenke, Schultermuskulatur
- Ausrichtung in den Standasanas, Stützhaltungen und Armspiralen
- Praxis: verschiedene Flows mit Fokus auf Standhaltungen, Armbewegungen und Stützhaltungen
- prāṇāyama im Yogasūtra
- ujjāyī-Atmung
- Tandava (spanda, prāṇā dance)
- Tönen: u-o-a-e-i-m mit mudrā
- Abschluss: jyotir kriyā

ChiYoga Level 2

In dieser Weiterbildung steht die Verfeinerung der eigenen Yoga-Praxis im Vordergrund. Die vertiefte Auseinandersetzung mit prāṇāyama lehrt, die Atmung als Instrument zur Bewusstseinsweiterung zu verinnerlichen. Mit den pranayama-Übungen wird der Atem bewusst gemacht, befreit, angeregt und schließlich beruhigt, welches ein Zur-Ruhe-Kommen des Denkens und Fühlens bewirkt. Je unruhiger der Atem ist, umso unruhiger ist der Geist. Wird der Geist still, verbessert sich unsere Fähigkeit, Dinge in und um uns herum mit einem klaren Geist besser und umfassender zu verstehen. Technik, Anwendung und Wirkungsweise von mudrā und bandha zum Lenken und Bündeln der Energie werden besprochen und geübt, um die āsana auch über innere Kraftquellen zu bereichern.

Ein anderer Fokus in diesem Modul sind die Umkehrhaltungen. Umkehrhaltungen lassen selten jemanden „kalt“ - entweder man liebt oder hasst sie. Im Rahmen dieser Fortbildung stellen wir uns auf eine spielerische und gleichzeitig systematische Art und Weise den Herausforderungen der Umkehrhaltungen und Arm-Balancen. Durch eine genaue äußere Ausrichtung, die Erfahrung der subtilen inneren Energiebewegung und dem Erforschen deiner Einstellung und Intention angesichts dieser Haltungen kannst du Freude und ein tieferes Verständnis für diese Positionen erleben. Ganz gleichgültig, ob du das erste Mal Umkehrhaltungen übst oder bereits Erfahrung damit hast – in diesem Modul hast du die Möglichkeit, deinem „Respekt“ vor diesen āsana mit Spaß und Humor zu begegnen. Gleichzeitig lernst du, wie du in deinen Yogastunden Umkehrhaltungen nach dem yogischen Prinzip von „vinyāsa krama“ aufbauen und einführen kannst.

- Tantrische Philosophie
- Die Energie-Konzepte des Haṭha-Yoga
- ChiYoga Ausrichtungsprinzipien
- Anatomie: Beckenboden, Bauch, Zwerchfell, HWS
- Einführung und Aufbau von Umkehrhaltungen
- Praxis: Umkehrhaltungen, verschiedene Flows
- prāṇāyama in der Tradition des Haṭha-Yoga (HYP)
- Einführung in prāṇāyama (kapālabhātī, nāḍī śodhana, Feueratem) und bandha (mūla-, uḍḍīyāna-, jālandharabandha)
- agni kriyā
- Didaktik und Methodik

ChiYoga Level 3

Assists sind Unterstützungen, die die Qualität und Intention eines āsana deutlicher spürbar machen. Durch die Hilfestellung von außen bekommt der Körper einen optimalen Impuls, der das Erleben vertieft und die Eigenwahrnehmung verfeinert. Diese Erfahrung wird im Körper gespeichert, so dass er in einer späteren Praxis darauf zurückgreifen kann. Die Blickdiagnostik wird bei dieser Art der Partnerarbeit geschult und das Verständnis für die individuell verschiedenen Konstitutionen erweitert. Die Grundlage der hands-on assists, wie wir sie bei BodyMindSpirit unterrichten, liegt auf einer anatomisch sinnvollen, gesundheitsfördernden und –erhaltenden Ausrichtung der Gelenke.

Als Grundlage für die hands-on assists eignet sich der ChiYoga-Flow «maha namaskār» sehr gut. Diese Abfolge erhalten Sie bei der Anmeldung mit der Bitte, diesen vor der Fortbildung zu erlernen. Gleichzeitig steht die Verfeinerung der eigenen Übungsausführung im Vordergrund.

- hands-on assists
- maha namaskār
- Verfeinerung der eigenen Übungspraxis
- Passive Entspannungstechniken

ChiYoga Level 4

Auf Sommer folgt Herbst, dann Winter und Frühling - wie ein ewiges Rad drehen sich die Jahreszeiten. Doch im Leben haben Wiederholungen wenig Platz. Das hat Folgen: Der Rhythmus des Jahres und das Tempo unseres Lebens passen nicht zueinander. Die Wechsel zwischen den Jahreszeiten machen uns zu schaffen, so dass wir uns manchmal ausgelaugt, müde und schlapp fühlen. Verschiedene Traditionen des Ostens haben Energieübungen entwickelt, die Energie sammeln, bündeln, ausrichten und lenken. Dabei sind die Gelehrten der Auffassung, dass die gesamte Schöpfung ein Ausdruck von Energie sei, deren Frequenzen sich auf unterschiedliche Weise manifestieren. Wenn wir allerdings im Stress sind, körperlich angespannt oder emotional unausgeglichen, weil wir uns überfordert fühlen oder uns etwas traurig macht, wird dieser Austausch von Energie mehr oder weniger blockiert. Dann können wir uns nicht mehr mit der Energie unserer Umgebung verbinden. Aus diesem Grund sind viele der östlichen Energieübungen einerseits darauf ausgerichtet, unser Bewusstsein für das eigene Verhalten, die Gedanken und die Emotionen zu schärfen, damit wir erkennen, was uns wann Energie kostet. Andererseits helfen uns die Übungen, den Energiefluss auszugleichen, uns zu zentrieren und uns wieder mit unserer inneren Kraft und den äußeren Quellen der Energie zu verbinden.

Dieses Modul (ver-)führt auf eine Reise in die Medizin der Mitte (TCM), die 5 Elemente und ihren kosmischen Tanz, aus dem die Welt geboren wird. Wir tauchen ein in die Essenz der 5 Elemente und ihre Bedeutung und Wirkung – sowohl auf die Natur wie auch auf uns selbst. Geführte Meditationen und ChiYoga-Flows öffnen Räume, die es erlauben, den Kontakt mit jedem dieser Elemente zu erleben, zu vertiefen und zu genießen.

- Einführung in die Grundlagen der daoistischen Philosophie
- Einführung in die 5 Elemente-Lehre
- Meridian-Theorie
- Unterrichtsgestaltung im Fluss der Jahreszeiten
- Didaktik und Methodik
- 5 fortgeschrittene Flows für die verschiedenen Jahreszeiten

ChiYoga Level 5

Faszientraining ist zur Zeit in aller Munde. An diesen drei Tagen zeigen wir dir, wie wunderbar sich unser FaszienYoga in den ChiYoga Unterricht hinein webt. ChiYoga ist sozusagen FaszienYoga. An diesen vier Tagen bekommst du einen Einblick in die aktuelle Faszienforschung sowie vielfältige neue Impulse, die du in deinem Unterricht einsetzen kannst, um gezielt auf die Faszien ein zu wirken. Wir verbinden klassische Yoga-Haltungen mit einer speziellen "Druck- und Sinktechnik", Impuls gebender Atmung, spiraler Dehnspannung und lernen Faszien dreidimensional im Raum zu aufzuspannen. Auf dem Faden der Atmung gewoben, getragen von Achtsamkeit und Feingefühl spielen wir mit Mikrobewegungen, erforschen genussvoll neue Körperräume, verbinden uns mit Ton- und Klangimpulsen, die unser Gewebe zum Schwingen bringen. Wir experimentieren mit multidirektionalen und dynamischen Dehnimpulsen über ganze Faszienzüge statt einzelne Muskeln zu dehnen. Wir schütteln, federn und schwingen und stärken die Rebound Elastizität des Gewebes. Wir sinken über verschiedene MyoFascialTools, um mit Selbst-Massage-Techniken das Gewebe zu hydrieren, Verfilzungen und Verhärtungen zu lösen und festes Gewebe zu befreien. Wir drücken sogenannte Triggerpunkte, sinken und schmelzen über den MyoFascial Dome bzw. Ball. Wir springen lautlos wie die Ninjas und erforschen mit sinnlichen Mikrobewegungen den inneren Raum. Diese Fähigkeit, den Körper als Raum fein und sinnlich zu erleben, erweitert nicht nur das Körperbewusstsein, sondern stärkt auch die innewohnende Kraft zur Selbstregulation und Heilung. Wenn du präsent und mit allen Sinnen in deinen Körper eintauchst, erlebst du die unmittelbare Berührung mit dem Leben und dem feinstofflichen Gewebe, aus dem du und die Welt gewoben sind. In dieser Verschmelzung kann sich die Erfahrung von Einheit mit der Kraft, die hinter allem steht und alles durchdringt, entfalten. Dieser Workshop ist eine echte Delikatesse für ChiYoga-Gourmets und solche, die sich zu FeinschmeckerInnen entwickeln möchten.

- Yoga und Faszientraining
- Basiswissen zur Faszienanatomie
- Verschiedenen Zugangswege, um Faszien anzusprechen, inkl. Übungen
- ChiYoga Ausrichtungsprinzipien und FaszienYoga
- verschiedene Praxiseinheiten
- Didaktik / Methodik
- Stundengestaltung

Intensiv-Modul – 6 Tage inkl. Abschlussprüfung

- Studium des Yogasūtra von Patañjali und seine Übertragung in den Unterricht und Alltag
- Die prāṇāyama der Haṭha Yoga Pradīpikā
- kriyā – ausgewählte Reinigungstechniken der Haṭha Yoga Pradīpikā
- Umfangreiche Übungs-Praxis (z.T. in Gruppen und alleine)
- Unterrichtspraxis (z.T. in Klein-Gruppen)

Abschluss

Den Abschluss der Ausbildung bildet eine praktische Lehrprobe während der Intensivwoche sowie eine kleine Hausarbeit, die nachgereicht wird.

Nach Absolvierung sämtlicher Module (sowie erfolgreicher Abschlussprüfung) erhalten Sie ein Diplom von BodyMindSpirit und haben die Möglichkeit, sich bei der YogaAlliance registrieren zu lassen. Sie erlangen dadurch die Zertifizierung «Registered Yoga Teacher (RYT 200)» und somit eine internationale Anerkennung. Infos zur gebührenpflichtigen Anerkennung und der YogaAlliance finden Sie unter: www.yogaalliance.org.

Hauptdozentin - Lucia Nirmala (LuNa) Schmidt

Wer Lucia Nirmala Schmidt und ihren Werdegang kennen lernt, dem wird schnell bewusst, dass hier nicht Worthülsen platziert werden, nur weil sie so schön zu einem neuen "Zeitgeist" passen. Sie ist die Pionierin für das sogenannte Contemporary MindBody - eine zeitgemäße, den Voraussetzungen und Bedürfnissen der westlichen Gesellschaft angepasste, ganzheitlich ausgerichtete Körper- und Bewegungspädagogik, die auf Stressbewältigung und Gesundheitsvorsorge ausgerichtet ist. Mit ihrem neugierigen, hinterfragenden Geist ist sie eine Suchende nach Erkenntnis, Wissen und Wahrheit in der Wissenschaft und Philosophie, in spirituellen Traditionen und Kulturen, die Ost und West miteinander zusammenführt und sie in einen allumfassenden Kontext stellt. Ihr Verständnis gegenüber ganzheitlich-wissenschaftlichen sowie spirituellen Aspekten fließen in ihren Unterricht mit ein und fördern den inneren Dialog. Mit viel Einfühlungsvermögen verhilft sie so Menschen über ihre Grenzen hinauszuwachsen und Bewusstsein für ihre verborgenen Fähigkeiten zu entwickeln. In ihrem Unterricht verbindet sie Klarheit mit Hingabe, Disziplin mit Humor und Wissen mit Liebe. Intensive Körperarbeit, die den Weg tief ins Innere öffnet. Den Dingen auf den Grund gehen, um von dieser Basis aus Entfaltung und Wachstum zu erleben.

Lucia Nirmala Schmidt - Bewegungspädagogin (u.a. Fortbildungen in Franklin-Methode, Spiraldynamik, Feldenkrais, Traditionelle Chinesische Medizin), Yogalehrerin YS/BDY/EYU, Pilates-Trainerin, Erwachsenenbildnerin SVEB 1, Atemtherapeutin, Beraterin für Psychosomatische Medizin (nach Dr. R. Dahlke), Autorin. Stets am Puls der Zeit und mit einem guten Gefühl für Bedürfnisse und Trends hat sie mit ihrer Arbeit viele ihrer Kolleginnen und Kollegen geprägt und inspiriert. Ihre Schwerpunkte sind Vinyasa Yoga, ChiYoga - Meridian-Yoga im Fluss der Jahreszeiten, ChangeYoga – Yoga für die hormonelle Balance, DetoxYoga, Kaschmirischer Yoga und Pranayama sowie Yoga-Philosophie. LuNa leitet weltweit Seminare, Workshops und Retreats und unterrichtet an ihrem Ausbildungsinstitut BodyMindSpirit in Zürich.

Ausbildungsort

Die Ausbildungsmodule und die Intensivwoche finden in Hannover, Deutschland statt. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer übernachten während der Intensivwoche am selben Ort, da es abends Gruppenarbeiten o.ä. gibt und morgens ca. um 06.30 Uhr begonnen wird.

Ausbildungskosten

Die Ausbildungskosten für die 25 Tage inkl. Prüfungsgebühr betragen € 3600.- zzgl. 19% MwSt... Bei der Anmeldung ist der Betrag von € 900.- zzgl. 19% MwSt. fällig, um den Platz zu reservieren. Der restliche Betrag ist bis spätestens 3.1.2018 zu bezahlen.

Pro Modul fällt eine Gebühr von € 35,- an für Studionutzung, inkl. Tee, Wasser, Gebäck und Obst. Der Betrag ist in bar vorort zu entrichten.

Im Preis enthalten sind die Kosten für den Ausbildungsunterricht laut Lehrplan, die dazugehörigen Unterlagen sowie die Abschlussprüfung. Die Bücher aus der Literaturliste sind nicht im Preis enthalten.

Abmeldung / Vertragskündigung

Der Teilnehmende verpflichtet sich mit der Anmeldung und dem Unterzeichnen der Ausbildungsvereinbarung für die vollständige Absolvierung der Ausbildung.

Falls die Ausbildung abgebrochen wird, kann keine Rückerstattung geleistet werden und das Vertragsverhältnis bleibt bestehen. Sollte durch nachweisliche Krankheit (Ärztliches Attest), Verletzung oder Schwangerschaft während der Ausbildung eine weitere Teilnahme nicht möglich sein, so können die fehlenden Kurseinheiten in der nächsten YA200-Ausbildung nachgeholt werden.

Bei einem Rücktritt bis 30.11.2017 verfällt lediglich ein Teil der Anzahlung, EUR 200.—. EUR 700.- werden in diesem Fall rückerstattet.

Bei einem Rücktritt ab 1.12.2017 bis Kursbeginn ist die gesamte Anzahlung für die Ausbildung geschuldet (d.h. EUR 900.—).

Voraussetzungen

Die Ausbildung ist offen für alle Interessierte.

Besonderes

Die Module können alle auch einzeln gebucht werden. Neben den Azubis können also auch Gäste teilnehmen:

Preise Module:

- 3 tage 390.- zzgl, 19% MwSt.
- 4 Tage 520.- zzgl, 19% MwSt.
- Intensivwoche 1490.- zzgl 19% MwSt.

Pro Modul fällt eine Gebühr von € 35,- an für Studionutzung, inkl. Tee, Wasser, Gebäck und Obst. Der Betrag ist in bar vorort zu entrichten.

Infos, Kontakt & Anmeldung

Bei Fragen oder Interesse können Sie uns gerne kontaktieren.

BodyMindSpirit
Giesshübelstrasse 116
8045 Zürich
Schweiz
Tel. +41 44 241 91 77
info@body-mind-spirit.ch