

Teilnahmebestätigung

Eva-Maria Schütte

hat teilgenommen am Workshop

**Pranayama Teil 3 - Typenpolare Atmung und
Pranayama im Yogasutra (18h)**

Referent/in

Lucia Nirmala Schmidt

● **Inhalt** ●

Einführung in die Atemtypenlehre (Terlusologie)
Geschichte der Atemtypenlehre
Prägung des Atemzentrums und Konsequenzen für den Yogaunterricht
Unterschiede der verschiedenen Atemtypen
Ausrichtung und Anleitung gemäß der verschiedenen Atemtypen
Pranayama im Yogasutra des Patanjali

Karo Wagner

Karo Wagner
Schulleitung

Stuttgart, 20.-22.11.2020

Ort, Datum