

# FASZIO®



## YOGA BASICS

### VITALITÄT & BEWEGLICHKEIT DER FASZIEN



Der Mensch strebt nach geistiger Freiheit und körperlicher Vitalität. Um dieses Ziel zu unterstützen, legt FASZIO® Yoga den Schwerpunkt auf die Verschmelzung der 7 FASZIO® Trainingsstrategien mit altbekannten Asanas, Yogasequenzen, Atemübungen und Meditationen aus verschiedenen Yogatraditionen. Vor dem Hintergrund yogischer Lehren und dem Modell der Faszienleitbahnen nach FASZIO® werden Yogahaltungen und ihre Wirkung auf den Körper neu beleuchtet. Es werden Übungssequenzen erarbeitet, so dass ein tieferes Verständnis für Bewegung entsteht. Zudem wird die ausgleichende Wirkung auf das vegetative Nervensystem sowie eine positive Beeinflussung der Emotionen erfahren. FASZIO® Yoga bringt mit verblüffender Einfachheit stilübergreifend mehr Leichtigkeit, Weite und Elastizität in den Körper und setzt tiefe, heilende Impulse für den gesamten Organismus.

# TERMINE 2018

## FASZIO® YOGA BASICS AUSBILDUNG

<b>CHEMNITZ:</b>	.....27./28.04.2018   Teil 1
.....	29.04.-01.05.2018   Teil 2
<b>FRANKFURT:</b>	.....21./22.02.2018   Teil 1
.....	23.-25.02.2018   Teil 2
<b>HAMBURG:</b>	.....25./26.08.2018   Teil 1
.....	07.-09.09.2018   Teil 2
<b>HAMMINKELN (DUISBURG):</b>	.....27./28.01.2018   Teil 1
.....	13./14.10.2018   Teil 1
.....	16.-18.11.2018   Teil 2
<b>HANNOVER:</b>	.....20.-22.04.2018   Teil 2
<b>HEILBRONN:</b>	.....21./22.04.2018   Teil 1
.....	09.-11.11.2018   Teil 2
<b>LEIPZIG:</b>	.....09./10.02.2019   Teil 1
.....	15.-17.03.2019   Teil 2
<b>NIEDERLANDE, AMSTERDAM<sup>1</sup>:</b>	.....21.-25.03.2018   part 1+2
<b>ÖSTERREICH, KLAGENFURTH:</b>	.....13./14.06.2018   Teil 1
.....	15.-17.06.2018   Teil 2
<b>ÖSTERREICH, SALZBURG:</b>	.....29./30.09.2018   Teil 1
.....	26.-28.10.2018   Teil 2
<b>REGENSBURG:</b>	.....22./23.05.2018   Teil 1
.....	24.-26.05.2018   Teil 2
<b>SCHWEIZ:</b>	.....08./09.09.2018   Teil 1
.....	16.-18.11.2018   Teil 2
<b>SWEDEN, HALMSTAD<sup>1</sup>:</b>	.....09.-13.05.2018   part 1+2
<b>UK, LONDON<sup>1</sup>:</b>	.....04.-08.04.2018   part 1+2
<b>WIPPERFÜRTH (KÖLN):</b>	.....14./15.04.2018   Teil 1
.....	21.-23.09.2018   Teil 2

**ZEITEN UND LOCATION UNTER [WWW.FASZIO.DE](http://WWW.FASZIO.DE)**



## INFO, ANMELDUNG & KOSTEN

**Maren Lenthe:** +49(0)40-51493632, [Maren@FASZIO.de](mailto:Maren@FASZIO.de)

**Kosten<sup>2</sup> DE/ AT/ CH:** Teil 1: € 260 | Teil 2: € 395

**Early bird<sup>3</sup>:** Teil 1: € 246 | Teil 2: € 369

**30 € Rabatt, bei Buchung der kompletten Ausbildung (Teil 1+2)**

Teil 1+2 können in unterschiedlichen Städten absolviert werden.

<sup>1</sup> Workshopsprache Englisch – Kosten für NL, SE und UK auf [www.faszio.de/faszien-yoga](http://www.faszio.de/faszien-yoga)

<sup>2</sup> Preise können abweichen

<sup>3</sup> Early bird = bis 7 Wochen vor Termin (nicht bei allen Ausbildungsinstituten möglich)