



Auftraggeber:

YogaReinigung
Alexander Kobs, Hamburg

Anforderungen:

Wortmarke und Corporate Design
Webdesign
Geschäfts- und Seminarunterlagen
Anzeige
Word-Templates

In Planung:

Visitenkarte
PowerPoint-Templates

Erste Seite Kursinformation (Seminarunterlage)

YogaReinigung.de
Alexander Kobs, Yogalehrer BDY/EYU

Zertifikatskurs 2010 | 2011
FachberaterIn für Yoga Reinigung und Ayurvedische Ernährung

Leitgedanken und Ziele

„Diese shatkarmas, welche den Körper reinigen, sind geheim. Sie haben mannigfaltige, wunderbare Resultate und werden bei den Yogis hochgeschätzt.“
Hatha Yoga Pradipika

Reinigung

In vielen spirituellen (z.B. christlichen, yogischen, ayurvedischen und schamanischen) Traditionen finden sich Hinweise über Bedeutung von körperlicher und geistiger Reinigung. Verschlackungen und Unreinheiten fördern Beschwerden und Krankheiten. Zur Vorbeugung entwickelte Yoga ein System von Reinigungstechniken, das sogenannte **Shatkarma** („sechs Handlungen“). Sie werden in alten Yogaschriften als geheim bezeichnet. Grund dafür ist, dass der Schüler sie nur unter direkter Anleitung eines erfahrenen Lehrers erlernt, da sonst unangenehme Folgen entstehen könnten. Daran hat sich bis heute nichts geändert.

Ziel ist, den physischen und feinstofflichen Körper mittels Wasser und (innerer, subtiler) Feuer so zu reinigen, dass die Lebensenergie (Prana) wieder frei entlang der Energiebahnen (Nadis) fließen und aufsteigen kann. Körperlich lösen sich grobstoffliche Verschmutzungen – z. B. festsitzende Kotreste im Darm –, die Quelle ständiger Selbstvergiftung und Ursache für Unwohlsein und Krankheit sind.

Die Reinigungstechniken erscheinen für Schüler aus dem Westen in erstem Schritt oft befremdlich, weil es in unserem Kulturkreis üblich ist, sich äußerlich zu waschen, aber nicht innerlich zu reinigen. Eine detaillierte Wissensvermittlung der Inhalte, gepaart mit Humor und Freude, ist umso wichtiger, um unsere Klienten für den Nutzen dieser gesundheitsfördernden Reinigungen zu begeistern. Zusätzlich wurden für diese Fortbildung speziell solche Yoga Techniken ausgewählt, die aus unserer Sicht für einen „normalen“ Kursteilnehmer Nutzen bringen und daher in den eigenen Yogakursen einsetzbar und vermittelbar sind.

»Diese **shatkarmas** (Reinigungstechniken), welche den Körper reinigen, sind geheim. Sie haben mannigfaltige, wunderbare Resultate und werden bei den Yogis hochgeschätzt.«
Hatha Yoga Pradipika

www.YogaReinigung.de

- Offene Seminare
- Yogische Darmreinigung
- Zertifizierte Seminare für Yogalehrer
- Modulare Fachfortbildung Yoga Reinigung und Ayurvedische Ernährung

Alexander Kobs:
»Shatkarma – Die Geheimnisse der Yoga-Reinigung«



Alexander Kobs,
Yogalehrer BDY/EYU

Anzeige

Briefbogen

YogaReinigung.de
Alexander Kobs, Yogalehrer BDY/EYU

Alexander Kobs, YogaReinigung • Kehrweider 2 • 22941 Bargteheide

YogaReinigung
Alexander Kobs
Yogalehrer BDY/EYU

Kehrweider 2
22941 Bargteheide
Telefon | Fax: 04532 - 3697
Mail: kobs@yogareinigung.de
www.yogareinigung.de

Geistes, die Stärke, die Gesundheit, das Wohlbefinden und pack, milde, gehaltvoll und befriedigend für das Herz. Diese (m) Geist bevorzugt.“

...sicht sehr viel Wahrheit. Letztendlich hängt der Erfolg von Reinigung belastenden Substanzen zu uns nehmen. Reinigung und kann wie Medizin sehr heilsam wirken. Daher wird die ayurvedische und Praxis breiten Raum in dieser Fortbildung einnehmen. (u. a.

YogaReinigung • Alexander Kobs, Inhaber / Gesellschafter
Kehrweider 2 • 22941 Bargteheide • Telefon / Fax: 04532 - 3697 • Mail: kobs@yogareinigung.de • www.yogareinigung.de
Bankverbindung: Institut • BLZ 123 456 78 • Konto-Nr.: 123456789 • Steuer-Nr.: XXX/1234/1234 • USt-ID: DE189 326 722