

Martina Weickel verbrachte nach ihrem ersten juristischen Staatsexamen an der Freien Universität in Berlin fünf Jahre in Indien. Sie hat dort an verschiedenen Instituten (Trivandrum, Jaipur, Rishikesh, Dharamsala und Varanasi) Yoga und Meditation erlernt. Ihre Yogalehrerausbildung im klassischen Yoga hat sie in Bombay am ältesten Yoga Institut der Welt (The Yoga Institute) bei Dr. Jayadeva Yogendra absolviert. Nachfolgend leitete sie dort Workshops für Herzkranken, Menschen mit Atembeschwerden, Diabetiker, Menschen mit Rückenbeschwerden, Workshops für Schwangere, und Yogaseminare "Stress-Management für Führungskräfte". Kenntnisse aus zahlreichen Yogafortbildungen in Encinitas, Kalifornien sind in den Unterricht integriert. Seit 2002 bildet sie in dem von ihr gegründeten Sadhana Yoga Institut in Mannheim YogalehrerInnen im Klassischen Yoga aus. Sie ist Yogalehrerin BDY /EYU.

Das Sadhana Yoga Institut bietet zudem Weiterbildungen für YogalehrerInnen an, kurze Intensive Teacher Trainings in englischer Sprache für ausländische TeilnehmerInnen und eine Fortbildung, wie man selbst lernt, YogalehrerInnen auszubilden. Zusätzlich gibt es eine Ausbildung zum Yogacoach und eine Weiterbildung zur Yogatherapie. In der Zwischenzeit sind drei Yogafilme zusammen mit Vika Jagucanskyte entstanden.

2014 erschien das Buch „Yogatherapie. Heilanwendungen für Körper, Geist und Seele“ bei Goldmann. 2019 das Buch „Von der Oma zum Om“.

Beginn:

26. Oktober 2019



Information:

Martina Weickel

0621 – 72 45 312

mahatina@gmx.de

Beitrag:

255 € je Wochenende – alle vier Termine 975 €

Die Yoga Weiterbildung richtet sich an alle YogalehrerInnen. Die Seminare können auch einzeln gebucht werden. Das Zertifikat wird allein für die Teilnahme ausgestellt. Die Yogatherapie Weiterbildung ist eine wunderbare Vertiefungsmöglichkeit einer Yogaausbildung. Klassisches Yoga steht für den tiefen Drang nach Veränderung von Werten, Motivationen und innerer Haltung.

Weiterbildungsort:

Obere Riedstr. 32

love and light

SADHANA YOGA INSTITUT

Martina Weickel

Obere Riedstr. 32

68309 Mannheim

Yogatherapie Weiterbildung

Oktober 2019 – Oktober 2020

an vier Wochenenden



AUS-UND WEITERBILDUNGEN IM CLASSICAL YOGA

SADHANA YOGA INSTITUT
MARTINA WEICKEL

MANNHEIM, GERMANY

WWW.Classical-Yoga.de

<p>1. WE:</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊗ Erschöpfung und Nervenzusammenbruch ⊗ Tiefenentspannung ⊗ Schlaflosigkeit, Depression und Angst ⊗ Trauma ⊗ Kopfschmerzen, Migräne und Tinnitus ⊗ Yoga bei Sucht und Gewohnheit (Rauchen, Alkohol, Essen etc.) ⊗ die vier bhavas ⊗ ahar achar vihar vichar 	1. WE	26./27. Okt. 2019	Yoga und Stress
<p>2. WE:</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊗ Yoga bei Rheuma, Arthritis und Fibromyalgie ⊗ Yoga cikitsa ⊗ Karpaltunnelsyndrom ⊗ Herzprobleme, Bluthochdruck und niedriger Blutdruck ⊗ Krampfadern ⊗ Yoga bei Behinderungen ⊗ Patanjali sutra I.31 = Hindernisse auf dem Yogaweg, insbes. Krankheit ⊗ Vergebung als Schlüssel zur Heilung 	2. WE	25./26. Jan. 2020	Yoga bei Rücken- und Herzprobleme
<p>3. WE:</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊗ Asthma, Bronchitis und Lungenentzündung der Atem im Heilungsprozess ⊗ die fünf koshas ⊗ Diabetes I und II, Übergewicht ⊗ eine Konsultation ziel- und typgerecht durchführen ⊗ Üben von Beratung und Diagnose ⊗ Asanas an das Individuum anpassen 	3. WE	27./28. Feb. 2020	Yoga bei Atemwegserkrankungen und Diabetes, für Blinde und Schwerhörige
<p>4. WE:</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊗ die drei gunas (Sattva, Rajas, Tamas) ⊗ Biographiearbeit und Krankheit ⊗ Yoga und Wut ⊗ detailliertes Ausarbeiten einer Yogastunde bei Krankheiten 	4. WE	17./18. Okt. 2020	<p>Yoga, Immun- und Nervensystem</p> <ul style="list-style-type: none"> • Allergien, Heuschnupfen • Hautkrankheiten • Verdauungsstörungen • Krebs • Parkinson • MS • chronische Müdigkeit