

Astanga yoga nyt

Sommer med yoga, jubilæum og gæstelærere

Juni 2010

Namaste astangier

Fuldt skema for dig til fredag 26. juni og mysore-klasse søndag 27. juni, og i ugerne 26 til 30 kan du komme på mysore mandage og onsdage kl. 6.30-9 og eftermiddage kl. 15.30-18.30, samt fredage kl. 6.30-9 og kl. 15-18. Michael og Britt vil undervise og tage sig af jer.

I august kommer Massimo Ferretti på besøg igen og underviser mysoreklasserne hele måneden. Fuldt mysore-skema fra mandag 2. august.

Let øvede fra uge 26 til uge 31 i august være mandage og onsdage kl. 17-18 og fredage kl. 16-17. I august, uge 32, kommer der flere klasser på skemaet igen, og begynderklasserne starter efter - intro A lørdag 14. og intro B lørdag 25. august.

Susanna og Jens er i Mysore på Sharaths særlige læreruddannelse på **KPJ Astanga Yoga Institutet**.

Vi glæder os både over at være inviteret af Sharath og at komme tilbage igen med ny inspiration og dele ud af traditionen fra Mysore.

Undervisningen på skolen gør dig klar til at deltage direkte på **KPJAYI** i Mysore, og vi hjælper dig gerne, når du vil til Mysore og studere hos Sharath og Saraswathi.



Yogafestival - 10 års jubilæum - En hel uge med ekstra yoga-aktiviteter og begivenheder fra lørdag 18. til søndag 26. september

Skolen fylder 10 år til august, og der er sket meget her og i København siden de første astangier mødtes og vi lavede praksissen sammen de sjoveste steder. I uge 38 i september holder vi en yogafestival, hvor du kan se bredden og udviklingen i astangaen gennem de 10 år. Programmet kommer på kalenderen og på astanga.dk snarest.



Mysoreklasser af Juha Javanaian lørdag 18. og søndag 19. september.

Intens morgenpraksis fra kl. 8.30 - 11 og lørdag eftermiddag også en lektion om yoga, body & practice med debat.

Juha er leder af Astanga Yoga Skolen i Helsinki, og en kær ven og samarbejdspartner siden starten og før skolerne åbnede.

Yoga and Indian Thought, hvor kommer yoga fra?

Forelæsninger om yoga og de grundlæggende ideer og koncepter i den indiske tankegang af professor Kenneth Zysk, lektor i Indologi på Københavns Universitet. Kenneth vil præsentere systemet Yoga fra Vedaerne og frem til moderne tid med god mulighed for at stille spørgsmål og få svar. Søndag 19. og lørdag 25. september kl. 14

Arrangementer >>>



Mor og far yoga med babysitting lørdag 5. juni kl. 9-11 - Susanna underviser jer i den store sal, mens Lene leger med børnene i den lille.

Yoga i Frederiksberg Have - hvis vejret er godt er vi på en af plænerne **søndag 20. juni kl. 14.**

Lidt teknik til praksissen og leg med nogle avancerede stillinger. Du kan frit deltage og tag dine venner med. Husk yogamatten og måske lidt til at drikke og spise bagefter.

Mød **Maria Boox** på skolen i september.

Maria har undervist i Stockholm i 10 år og er også en af de tidlige astangier i Skandinavien, ligesom hun er autoriseret lærer af Guruji og Sharath. Du kan møde hende på skolen på mysore-klasserne fra mandag 6. til torsdag 10. september.

Namaste Claus, Jens, Susanna, Louise, Britt og Michael

INFORMATIONER

Få invitationer direkte fra **astanga yoga copenhagen** på

facebook

og se vores videokanal på

