

DATEN

WEEKEND I 13. - 15. OKTOBER 2017 | 20 STD.

WEEKEND II 10. - 12. NOVEMBER 2017 | 20 STD.

WEEKEND III 8. - 12. DEZEMBER 2017 | 20 STD.

WEEKEND IV 12. - 14. JANUAR 2018 | 20 STD.

WEEKEND V 2. - 4. FEBRUAR 2018 | 20 STD.

WEEKEND VI 23. - 25. MÄRZ 2018 | 20 STD.

WEEKEND VII 20. - 22. APRIL 2018 | 20 STD.

WEEKEND VIII 1. - 3. JUNI 2018 | 20 STD.

WEEKEND IX 6. - 8. JULI 2018 | 20 STD.

FREITAGS, 17 - 21UHR | SAMSTAGS, 7 - 11 + 13 / 17UHR

SONNTAGS, 7 - 11 + 13 / 17UHR

+ TECHNIK, TRAINING UND PRAXIS VON YOGA ASANA, PRANAYAMA

+ YIN YOGA

+ CHANTING, MANTRA UND MEDITATION.

+ UNTERRICHTSMETHODIK: AUFBAU VON YOGA-KLASSEN

+ YOGA PHILOSOPHIE

+ GEBRAUCH VON HILFSMITTELN, MODIFIKATIONEN

+ PRAKTIKUM: UNTERRICHTEN, BEOBACHTEN, SEQUENZEN

+ PHYSISCHE UND ENERGETISCHE ANATOMIE

+ RESTAURATIVER YOGA

+ YOGA NIDRA

+ YOGA IN DER SCHWANGERSCHAFT (PRENATAL YOGA)

+ ELEMENTARER ACROYOGA

+ YOGALEHRER/IN ALS BERUF



**Olive Ssembuze - Director E-RYT 500**

Olive Ssembuze unterrichtet Yoga seit 14 Jahre, eigentlich täglich. Sie wurde in Bern geboren und verliess die Schweiz nach der Ausbildung an der Tanz - Theater Schule in Zürich um ihre Tätigkeit als Tänzerin in New York auszuüben. 1995 besuchte Olive ihre erste Hatha Yoga Klasse bei Gordon Sharpe. 1999 wurde sie von einer Freundin zu einer Vinyasa Flow Klasse mitgenommen und fand in diesem dynamischen Yoga Stil, ihr Zuhause. Als Olive in 2003 nach zehn Jahren Amerika zurück in die Schweiz kehrte, begann sie Yoga zu unterrichten Z. b. AirYoga, Planetyoga, Arena 225, Holmes Place wie auch Yoga Retreats in Brasilien und in Europa zu leiten. Olive Ssembuze unterrichtet Yoga seit 14 Jahren

Ihre Yogalehrer-Ausbildung, absolvierte Olive bei Annie Carpenter, YogaWorks - Los Angeles und bildet sich fortlaufend weiter und hat in 2012, die Advanced 300 Hours abgeschlossen. Olive unterrichte seit 13 Jahren und hat durch ihre langjährige Unterrichtserfahrung und ihre tägliche Yoga Praxis, ein fundiertes Wissen über den Aufbau der Asana, Sequenz einer Yogaklasse und Hilfestellungen erlangt. Olive gründete Yogalives in 2008 und unterrichtet Yogalehrer-Ausbildungen 200 & 300 Hours seit 2011.

**Dr. Annemarie Mertens - Yoga Philosophie**

In ihrer Jugend, ist Annemarie mit ihrem Vater mehrfach durch Indien gereist. Schon damals fasste sie den Entschluss, sich später einmal intensiv mit diesem Land zu befassen und Indologin zu werden. Nach dem Studium der Indologie, Vorderasiatischen Archäologie und Philosophie in Münster/ Westfalen kam sie 1997 an die Universität Zürich. Orient- Institut tätig.

Annemarie gibt Sprach- und Lektürekurse sowie Seminare zur indischen Kulturgeschichte – z.B. zur Religion, Philosophie, Literatur und Gesellschaft. In der Yogalives-Ausbildung möchte Annemarie den künftigen Yoga-Lehrenden einen fundierten Überblick über massgebliche historische Hintergründe sowie zentrale Erscheinungsformen und Konzepte der Yoga-Tradition geben. Dies soll den Lernenden helfen, einen persönlichen Zugang zu den für ihre erfolgreiche Berufstätigkeit grundlegenden indischen Texten und Lehren zu finden.

**Chantal Hauser - Forrest Yoga E-RYT 500**

Chantal ist in den Schweizer Bergen und New York City aufgewachsen. Schon als sie klein war hat sie Yoga gemacht, es ging aber einige Jahre bis Yoga zu einem täglichen Ritual wurde. Heutzutage ist Yoga ein essentieller Teil ihres Lebens. Chantal praktiziert Yoga regelmässig seit über 9 Jahren. Sie ist eine Forrest Yoga- und Ashtanga Yoga-Lehrerin.

Chantal hat Forrest Yoga in die Studios nach Zürich und in die Schweiz gebracht. Wenn die Zeit erlaubt, assistiert Sie Ana Forrest bei Workshops, dem Foundation- oder bei dem Advanced Trainings. Ashtanga Vinyasa, eine sehr traditionelle Yoga-Form studiert sie mit ihrem Mentor und Lehrer, Tim Miller. Chantal absolvierte die Trainings für die Primary und Intermediate Serie, auch bei Tim Miller in Kalifornien. Chantal ist ein Mitglied des Schweizerischen Yoga Verbands.

**Nathalie Nobs - Pranayama, Subtle Anatomy, Yoga Nidra**

Nathalie ist in Zürich aufgewachsen und hat in Ihrer damaligen Tätigkeit als Hair & Makeup Artist früh angefangen zu reisen und lebte einige Jahre in Paris. Nathalie fand den ersten tieferen Zugang zu Yoga in Sydney, wo sie neben ihrer Arbeit, ein erstes intensives Training in Astanga Yoga anfang. In Paris übte sie weiterhin Astanga bei Caroline Boulignez. 2003 entschied sich Nathalie für eine 4-jährige Ausbildung bei Doris Echlin, in Hathayoga.“ Nathalie unterrichtet seit 2005 Kurse, Retreats und Workshops. Neben dem körperlichen als auch philosophischen Aspekts des Hathayoga , ist sie vor allem durch die tiefgreifende Erfahrung und Arbeit mit Pranayama geprägt, welche sie Dank der Hilfe von Ihren Lehrern erfahren durfte.

Die Arbeit mit der bewussten Atmung, ist für Nathalie untrennbar mit Yogaerfahrung verbunden, und so fliessen diese Eindrücke automatisch in ihren Unterricht ein. Dieses Bewusstsein des Atems in der Asanapraxis, bereitet den Uebenden vor, später die Verbindung des Atems zum feinstofflichen Gebiet (Pranavidya) zu nutzen.

Christina Eggenschwiler - Anatomie RYT 200/500

Christina, die in den USA, in Hongkong und der Karibik aufgewachsen ist, geht gerne auf Reisen und liebt ihren Job am Bundesamt für Sport Magglingen. Neben ihrem Studium der Sportwissenschaften schloss sie 2006 eine Ausbildung zur Pilates-Trainerin ab und begann in verschiedenen Studios und Firmen zu unterrichten. Das Core-Stability-Training und die ausgleichenden Übungen sind essentiell für eine optimierte Haltung und zur Unterstützung effizienter Bewegungsabläufe im Alltag und beim Sport. Während eines Auslandsemesters in Kanada begann Christina Yoga zu praktizieren. Das geniale Gefühl, das sich jeweils nach dem Yoga einstellte, machte sie neugierig auf die Yoga-Methode und Philosophie. 2011 entschied sich Christina die Yogalives Yogalehrer-Ausbildung 200 hours YA mit Olive Ssembuze und TJ Jackson zu absolvieren und in 2013, die weiterführende Ausbildung, Advanced 300 hours.



Egon Castlunger - Yin Yoga

Egon ist in den Dolomiten geboren. Die Leidenschaften für alternative Medizin und alten Weisheiten, brachten ihn zum Studium der Philosophie und des Yoga, Chinesische Medizin und Zen Shiatsu. Die Jahre nach dem Studium arbeitete Egon vor allem als Zen Shiatsu Therapeut & Heilpraktiker, um sich dann mehr und mehr dem Yoga zu widmen, das mittlerweile zu seiner Haupttätigkeit geworden ist. Egon begann mit klassischem Hatha Yoga vor 15 Jahren. Mittlerweile ist das Yin Yoga zusammen mit Meditation, Pranayama und Musik in den Vordergrund gerückt. Yin Yoga ist eine polare Form und ideale Ergänzung zu den meisten Yang-orientierten Hatha Yoga Formen. Im Yin Yoga bleiben wir mehrere Minuten in den Stellungen und sprechen die tiefen Schichten des Bewegungsapparates an, (Bindegewebe, Sehnen, Gelenke). Ausserdem bewirken diese entspannten Haltungen am Boden eine Aktivierung / Dehnung des MeridianSystems (bekannt von der TCM und Shiatsu). Mit Yin Yoga erfahren wir eine tiefe Entspannung, innere Ruhe, und Ausgeglichenheit. Wir fühlen uns danach regeneriert und aufgeladen mit positiver Energie.

Jasmin Sheta - Faszien/ Pilates

Gymnastikpädagogik Dietrich + Piller zieht Jasmin nach Kairo und bildet sich dort im Fitness und Ernährungsbereich weiter. 2004 kehrt sie in die Schweiz zurück und macht sich im folgenden Jahr mit ihrer Firma selbständig gemacht. Aus dieser entsteht 2008, zusammen mit Sabine Renz, die erfolgreiche „Pilateszone“ <http://www.pilateszone.ch> Im September 2013 erlangt sie ihren CPM Education-Abschluss. Heute unterrichtet Jasmin an der SPM Karin Locher Faculty angehende Pilateslehrer nebst der Arbeit mit Kunden in der Pilateszone, Jasmin Sheta hat dieses Jahr die Yogalives 200Hours Ausbildung erfolgreich abgeschlossen.

Jasmin begann ihren Weg mit klassischem Ballett und wechselt später zu Jazz und Modern Dance. Nach der drei-jährigen Berufsausbildung für Jasmin, inzwischen Mutter von drei Kindern, ist Polestar Pilates für Rehabilitation-Trainerin. Seit 2011 arbeitet sie mit Karin Locher zusammen



WE LOVE YOGA | WE DO YOGA@YOGALIVES

[WWW.YOGALIVES.CH](http://WWW.YOGALIVES.CH)



Die Yogalehrer/Innen Ausbildung bei Yogalives, ist eine vollumfängliche und intensive Ausbildung. Sie wurde kreiert für Yogaübende, welche ihre Asana Praxis und ihr Wissen über Yoga, vertiefen und verinnerlichen wollen. In unserer Ausbildung wird auch erlernt, wie man Yoga unterrichtet und die Klassen für verschiedene Stufen, Befindlichkeiten, Jahres und Tageszeiten anpasst.

Yogalives ist als Yogaschule zertifiziert, wie auch unsere Ausbildungen 200 & 300 Hours. Gerne kannst du dich für die Yogalives Ausbildung 200 Hours 2017/18, schriftlich bei Olive Ssembuze bewerben: [olive@yogalives.ch](mailto:olive@yogalives.ch) Die Ausbildung wird auch von Englisch sprechenden Lehrer/Innen unterrichtet. Solide Kenntnisse beider Sprachen sind eine Voraussetzung um an der Ausbildung teilzunehmen, wie auch eine regelmässige Yoga Praxis. Wir freuen uns auf deine Bewerbung!