

Body Love Yoga

Lärarytutbildning

Vill du bidra till att ge fler människor den fantastiska upplevelse som Body Love Yogan är?

Många har frågat när jag ska erbjuda möjligheten för andra att lära sig att lära ut Body Love Yoga. Nu är det äntligen dags.

Body Love Yoga – inspiratörs och ledarytutbildning

Min egen väg till att undervisa yoga har varit en lång och intensiv egen yogaytövning och det rekommenderar jag alla som vill skänka detta vidare. Därför pågår ytutbildningen under en längre tid så att du verkligen hinner utforska yogan i din egen kropp. Mitt sätt att leda yoga går genom kroppen, det är som att min kropp talar till elevernas kroppar, och det är det jag kommer att ta sikte på att förmedla.

Det är också en ledarytutbildning där jag förmedlar de värderingar som ligger till grund för mitt ledarytutbildning i alla kurser jag håller. Vad behöver vi göra och vara för att människor ska "lära in" och vi ska slippa "lära ut" ☺

Det blir såklart också en resa i personlig ytveckling att delta i denna process, där vi hjälps åt att hitta riktning och skapar möjligheter av eventuella utmaningar som dyker upp på vägen.

När du undervisar i Body Love Yoga anpassar du nivån på ytundervisningen efter din egen nivå och kommer att attrahera just de elever som den nivån passar för. Du kan alltså vara mycket erfaren eller ganska ny inför yogan. Det absolut avgörande är att du har ett åtagande inför dig själv att leva som du lär, det vill säga praktisera den yoga som du önskar lära ut.

När du är redo att undervisa får du använda namnet Body Love Yoga och finnas med på en gemensam hemsida om du vill.

OBS! Du kan delta även om du inte har intentionen att hålla egna klasser. Det är en fantastisk möjlighet till fördjupning och ytveckling av din egen yogaytövning.



Mia Lehndal har undervisat i Body Love Yoga sedan 2010

Upplägg & datum

Retreats

Delta på två Body Love Retreats. Se hemsidan för aktuella datum.

Intensivvecka

Vi träffas en hel vecka för en riktig fördjupning i kropp, själ & ledarytutbildning.

Coaching & individuell ytvecklingsplan

Vi lägger tillsammans upp en individuell plan för dig kring när och hur du är redo att undervisa och vad du behöver göra för att komma dit. Största delen kommer handla om att du gör yoga själv hemma under minst 6 månader. 3 timmar individuell coaching med mig ingår.

Pris 25 000 kr (+ moms för företag) inklusive 2 retreats + intensivveckan, kost & logi samt 3 individuella coachingsamtal. Detta är ett introduktionspris nu första gången. Möjlighet till räntefri avbetalning finns.

Anmälan till bodyloveyoga@gmail.com.

Plats

Vår egen kursgård i Värmland

Mer info om yogan, kommande klasser & retreats www.bodyloveyoga.se

Ge dig själv en kärleksfull upplevelse av dig själv!