sahej YOG

*Dein Weg zu Stille und Präsenz*

# *200 h* MEDITATION *teacher training*

AB 5. FEBRUAR 2026

» STILLE, PRÄSENZ & CONTAINMENT
mit Sven Butz

» KUNDALINI YOGA ESSENTIALS
mit Geet Anand, Siri Gopal

» TRAUMASENSIBILITÄT & RÜCK-VERBINDUNG
mit Christian Werner

# 200 h Meditation Teacher Training

## CONTAIN. TRANSFORM. CONNECT.

## BEGINN AM 5. FEBRUAR 2026

Das zertifizierte Teacher Training vermittelt zentrale Kompetenzen für den Meditationsunterricht sowie für eine achtsame Begleitung in yogischen und therapeutischen Kontexten.

Wir vertiefen die Wahrnehmung für Gruppenfelder und energetische Resonanzräume.
Im Zentrum steht die Entwicklung einer sensitiven und stabilen inneren Haltung: praxisnah, verwurzelt in energetischem Bewusstsein und traumasensibler Präsenz.

***Hybrid***: in Präsenz und Online
***Pre-Early-Bird:*** bis 11.11.25
***Early-Bird:*** bis 12.12.25

***Free Online Classes***

28.8.25 Self-Containment

11.9.25 Mühelose Präsenz:
Das Fundament der Arbeit mit Gruppen

9.10.25 Kundalini Yoga, non-duale Stille

30.10.25 Was wir wirklich suchen

4.12.25 Der tantrische Weg:
Die Intensität des So-Seins

Kontakt: Carmen Smida
carmen@sahejyog.com
Mobil +49 178 522 22 29

WWW.SAHEJYOG.COM