



# AERIAL FLYING YOGA

Aus - und  
Weiterbildungen



Patrizia Arbenz-Tenti  
Hettlingen b. Winterthur  
[patrizia-arbenz-tenti.ch](http://patrizia-arbenz-tenti.ch)

Sara Roth  
Liebefeld b. Bern  
[yoga-studio4.ch](http://yoga-studio4.ch)



# AERIAL

# FLYING YOGA

neue Aus - und Weiterbildungsangebote 2015

Kursinhalte Immersion Basic  
mit Sara Roth und Patrizia Arbenz-Tenti

Einführung / praktische Übungsstunde / die Positionen wie sichere ich mich richtig / Knotentechnik / häufig gestellte Fragen / die Atemtechnik / Theorie / die Kunst des bewussten Loslassens.

Für alle, die das Aerial Flying Yoga intensiv kennen lernen, oder ihre Praxis vertiefen möchten : Basic  
Sa. 05.09.2015 Winterthur oder Sa. 26.09.2015 Bern

Für Yogalehrer besteht zudem die Möglichkeit mit der Immersion Basic den Anfang der Aerial Flying Yogalehrer Ausbildung gemacht zu haben : Teil1  
Sa. 24.10.2015 Winterthur oder Sa. 07.11.2015 Bern  
Eine physische Grundausbildung und die Immersion Basic wird vorausgesetzt!

Patrizia Arbenz-Tenti  
Hettlingen b. Winterthur  
[patrizia-arbenz-tenti.ch](http://patrizia-arbenz-tenti.ch)

[aerialflyingyoga.com](http://aerialflyingyoga.com)

Sara Roth  
Liebefeld b. Bern  
[yoga-studio4.ch](http://yoga-studio4.ch)