

YOGA NIDRA AUSBILDUNG

FÜR MENSCHEN, DIE RUHE VERTIEFEN
UND WEITERTRAGEN MÖCHTEN



RUHE ERLEBEN — KRAFT GEBEN — FRIEDEN WEBEN

ESCHENBACH SG



MIT ELIANE MATHYS

KURSDATEN

20./21. MÄRZ 2027
24. APRIL 2027
29. MAI 2027
26. JUNI 2027
21. AUG. 2027

AUSBILDUNGSORT
CHURZHASLEN 3
8733 ESCHENBACH SG

AUSGLEICH

Frühbucher bis 27.01.2027: CHF 1234
Danach Normalpreis: CHF 1357

FRAGEN?

ICH FREUE MICH AUF DEINE KONTAKTAUFNAHME.

INFOS & ANMELDUNG

SOULATHOME.CH

Kontakt: Eliane Mathys
info@soulathome.ch
Tel: +41 (0)76 298 47 88

MEHR ALS EINE ZERTIFIZIERTE YOGA NIDRA AUSBILDUNG

DIESER LEHRGANG IST EINE EINLADUNG:

- ZU INNERER RUHE
- ZU DEINER EIGENEN TIEFE
- ZU EINER PRAXIS, DIE BERÜHRT

IN 6 AUSBILDUNGSTAGEN VERBINDEST DU
FUNDIERTES WISSEN MIT GELEBTER
SELBSTERFAHRUNG UND LERNST, YOGA NIDRA
FÜR DICH SELBST ODER IM BERUFLICHEN
KONTEXT WEITERZUGEBEN.

MIT TÄGLICHER SELBSTERFAHRUNG, KREATIVER
PROZESSARBEIT UND ACHTSAMER BEGLEITUNG
IN DER KLEINGRUPPE.

OB FÜR DEINE
BERUFLICHE TÄTIGKEIT
ODER ALS WEG ZU DIR
SELBST – DU BIST
WILLKOMMEN!

AUFBAU DER AUSBILDUNG ÜBER 6 PRÄSENZTAGE

TAG 1: RUHE ERLEBEN BEGINNT HIER.

Einführung & Fundament

TAG 2: RUHE ERLEBEN UND IN IHR BLEIBEN.

Aufbau & erste Varianten

TAG 3: KRAFT GEBEN – FÜR KINDER & JUGENDLICHE.*

Kindgerechte Varianten

TAG 4: KRAFT GEBEN – VERBINDUNG & TIEFGANG.

Vertiefung & erweiterte Formate

TAG 5: FRIEDEN WEBEN – MIT KLARHEIT & HERZ.

Ausrichten & Wirken

TAG 6: FRIEDEN WEBEN – IN DIR & DURCH DICH.

Integration & Abschluss

JEDER TAG SCHENKT DIR RAUM FÜR STILLE,
SELBSTERFAHRUNG UND PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG.

*Tag 3 (Yoga Nidra für Kinder &
Jugendliche) auch einzeln buchbar!

FÜR WEN IST DIESE AUSBILDUNG GEEIGNET?

- FÜR ALLE, DIE INNERE RUHE, TIEFE UND DIE VIELFÄLTIGEN AUSWIRKUNGEN DIESER PRAXIS ERFAHREN MÖCHTEN – UNABHÄNGIG VOM AUSGANGSPUNKT.
- FÜR MENSCHEN, DIE YOGA NIDRA BERUFLICH, EHRENAMTLICH ODER PRIVAT WEITERGEBEN MÖCHTEN – OB ALS ANGEBOT IM BESTEHENDEN BERUF ODER AUF NEUEN WEGEN.
- FÜR YOGALEHRER*INNEN, PÄDAGOG*INNEN, COACHES, THERAPEUT*INNEN UND ALLE, DIE MIT MENSCHEN ARBEITEN ODER ARBEITEN MÖCHTEN.

DU BRAUCHST KEINE
VORKENNTNISSE.
NUR DEIN ECHTES
INTERESSE.
UND DEIN JA!

WAS DU MITNIMMST:

- ZERTIFIKAT ZUR YOGA NIDRA KURSLEITER*IN
- TIEFE SELBSTERFAHRUNG DURCH EIGENE PRAXIS
- SICHERHEIT IM ANLEITEN DIVERSE VERSIONEN
- 1:1 SANKALPA-COACHING MIT ELIANE (INKL.)
- DEIN EIGENES ANGEBOT – KLAR, AUTHENTISCH.
- UMFANGREICHE UNTERLAGEN, SKRIPTES UND AUDIO-MATERIAL FÜR DEINE PRAXIS UND ANLEITUNG

KURSLEITUNG



ELIANE MATHYS

Dipl. Physiotherapeutin B.Sc.
Dipl. Yoga- & Kinderyogalehrerin
Ausbildnerin & Dozentin für Yoga,
Meditation & Yoga Nidra für
Erwachsene und Kinder

Die Inhalte werden seit vielen Jahren
in Schulen, Kindergärten,
Pädagogischen Hochschulen sowie in
Aus- und Weiterbildungen vermittelt
und angewendet.

ZUR AUSBILDUNG



MÖGE AUS DEM RUF NACH RUHE
DEINE KRAFT ERWACHEN –
UND SICH IN DIR UND UM DICH FRIEDEN ENTFALTEN.