

**Programm des 27. YIU®-Trainertreffens  
am 02. Februar 2019 in Frankfurt**

**Themen:**

**YOGA:**

- **Visionsarbeit 2019 – mit Aufstellungsblitzlichtern**
- **Yoga im Jahr 2019**

**COACHING:**

- **PausenCoaching – warum Pausen so wichtig sind**

**SUPERVISION:**

- **Nutze die „Schwarmintelligenz“ um dich als Yogatrainer zu professionalisieren**

**Programm:**

10.00 – 10.45	Ankommen/Vorstellungsrunde
10.45 – 11.00	Yoga zum Jahr 2019
11.00 – 12.30	<b>Visionsarbeit: Dein Jahr 2019</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pro Person ein Aufstellungsblitzlicht zum Jahr 2019 – welche Qualität hat es für dich, wo liegen die Chancen, wo die Herausforderungen, worauf kannst du achten?</li></ul>
12.30 – 13.30	<b>Yoga zum Jahr 2019 mit Übungsreihe oder Meditation</b> welche Impulse setzen Astrologie und Numerologie?
13.30 – 14.30	MITTAGSPAUSE
14.30 – 15.00	<b>Coachingimpuls:</b> <b>PausenCoaching – warum Pausen so wichtig sind</b>
15.00 – 15.45	Partnerarbeit zum Thema „Wie halte ich es mit Pausen?“
15.45 – 16.15	Pause / Erfahrungsaustausch
16.15 – 17.15	<b>Supervision:</b> bring deine Fälle aus dem Yogaunterricht und/oder dem Coaching mit
17.15 – 17.30	Abschlussmeditation
- 18.00	Abschlussrunde – was noch zu sagen wäre!

**Investition:** € 82,50 (jeweils inkl. MWST, Handouts, Mittagessen und Pausensnacks)

**Hinweis:**

***Die Verpflegung können wir bei Anmeldung bis 25.01.2019 sicherstellen, bei späterer Anmeldung gilt Selbstversorgung!***

Anmeldung per Email an [info@yogainunternehmen.de](mailto:info@yogainunternehmen.de) . Anschließend erhalten Sie/ erhältst Du eine Rechnung und Teilnahmebestätigung.

**Tagungsort:**

Ruderclub „Germania“, Schaumainkai 65, 60596 Frankfurt  
(Weiße Villa am Mainufer mit Freitreppe und Terrasse zum Main ausgerichtet)

**Anfahrt: s. Rückseite**

**Tagestelefonnummer: 0176/643 63005**

## **Programm des 27. YIU®-Trainertreffens am 02. Februar 2019 in Frankfurt**

### **Anfahrt:**

Anfahrt mit dem Zug:

bis Frankfurt-Hauptbahnhof oder Südbahnhof, dann weiter mit der Straßenbahn:

#### Vom Hauptbahnhof kommend

Mit der Straßenbahn 16 (vom Hbf: Richtung Offenbach Stadtgrenze) 3 Stationen bis Otto-Hahn-Platz fahren. Von dort entgegengesetzt der Fahrrichtung ein paar Meter zurückgehen, die Gartenstraße überqueren und rechts in die Holbeinstraße einbiegen. Der Veranstaltungsort befindet sich nach 150m auf der linken Seite, gegenüber dem Restaurant „Holbeins“/Städelmuseum.

#### Vom Südbahnhof/Schweizer Platz kommend

mit der Straßenbahn 15/16 (Richtung Hauptbahnhof/Ginnheim) 3 Stationen bis Otto-Hahn-Platz. Dann weiter zu Fuß wie oben beschrieben.

Anfahrt mit dem Auto:

Parkplätze an der Strasse sind vorhanden.

*Hinweis:* Samstags vormittags findet regelmäßig am Mainufer ein großer Flohmarkt statt. Dann ist die Holbeinstr. Im unteren Ende abgesperrt. Bitte dem Wachpersonal sagen, dass Sie an einer Veranstaltung im Rudererhaus Germania teilnehmen wollen. Die Absperrung wird dann geöffnet.

#### BAB 3+5 bis Frankfurt Süd

Abfahrt Richtung Stadtmitte, am Fußballstadion vorbei weiter stadteinwärts ca. 2 km geradeaus fahren (immer Richtung Stadtmitte/Offenbach) bis zum Otto-Hahn-Platz (gut zu erkennen an der Straßenbahn-Haltestelle in der Mitte). Um die Kreuzung/Haltestelle herum einen U-Turn machen und auf die Gartenstrasse einbiegen. Dann gleich die erste Strasse rechts in die Holbeinstrasse einbiegen und einen Parkplatz suchen.

#### BAB 5 + 66 über BAB 648 bis Messe (nur zu empfehlen an messefreien Tagen!)

Abfahrt Richtung Frankfurt-Stadtmitte/Hauptbahnhof. Immer geradeaus fahren, am Hauptbahnhof vorbei weiter Richtung Sachsenhausen/Offenbach. Den Main/die Friedensbrücke überqueren. nach der ESSO-Tankstelle auf der rechten Seite auf der linken Spur einordnen. Die nächste große Kreuzung (Kennedyallee) überqueren und gleich einen U-Turn machen (dafür gibt es eine eigene Spur!). 50 m zurückfahren und rechts auf die Kennedyallee einbiegen. Bis zur nächsten Kreuzung Richtung Stadtmitte bis zum Otto-Hahn-Platz fahren (gut zu erkennen an der Straßenbahn-Haltestelle in der Mitte). Um die Kreuzung/Haltestelle herum einen U-Turn machen und auf die Gartenstrasse einbiegen. Dann gleich die erste Strasse rechts in die Holbeinstrasse einbiegen und einen Parkplatz suchen.