

# WENN HALTUNG ZUR PRAXIS WIRD

## mit Carla Felber & Hansjörg Straumann



### FREIWAHLTAG VOM 15. August 2026

#### Ort

Lotoshaus  
Rütimeyerstrasse 40  
4054 Basel

#### Termin

Samstag, 15. August 2026

#### Dauer

von 10.00 bis 16.30 Uhr  
inkl. Pause von 1 Std  
Weiterbildungsnachweis: 5.5 Stunden  
auf Anfrage erhältlich

#### Kosten

Studierende der Lotos Yoga Ausbildung	Kostenlos
Alle anderen	CHF 120

#### Leitung

Carla Felber  
Eidg. dipl. KomplementärTherapeutin  
Dipl. Yogalehrerin YCH

Hansjörg Straumann  
Dr. der Chiropraktik, Pract. of Structural  
Integration, Dipl. Yogalehrer YCH

#### Voraussetzung

Yogaerfahrung

#### Info & Anmeldung

<https://lotosyoga.ch/module/haltungstag/>  
oder via [sekretariat@lotosyoga.ch](mailto:sekretariat@lotosyoga.ch)

#### Anmeldeschluss

10. August 2026

#### Rücktrittsbedingungen

Siehe AGB auf der Homepage

### Körperwahrnehmung / Körperhaltung

Erlebe einen einzigartigen Kurstag rund um deine innere und äussere Haltung. Du lernst Kriterien für eine professionelle Haltungsanalyse kennen, und gezieltes Körpertraining sowie ein individuelles Coaching bringen dich persönlich weiter.

Du erstellst eine Fotodokumentation mit Asanas und erhältst eine Rückmeldung, die dir hilft, deine Praxis weiterzuentwickeln. Zudem reflektierst du deine innere Haltung und gewinnst dadurch mehr Klarheit, Selbstbewusstsein und Authentizität

#### Mitbringen

Kamera:

Für die Fotodokumentation wenn möglich Handy, Tablet oder Fotokamera. Es ist viel einfacher, wenn du deine persönlichen Bilder gleich auf deinem eigenen Gerät hast.

#### Kleidung nur für die Foto-Sequenz:

Damit die Fotos der Asanas für dich aussagekräftig und hilfreich sind, möglichst knappe, enganliegende Yogakleidung (z.B. Top, Badehose, Radlerhose).