

Testimonials Anusara Yoga Immersions

„Lebendig, freudvoll und so identisch, verbunden mit einer tiefen respektvollen Dankbarkeit über die Werkzeuge des Anusara Yoga, unterrichtet Katchie Ananda voller Hingabe, gemischt mit ihrem ganz eigenen ‚Parfum‘ die Anusara Immersion Level 1. WUNDERBAR!“

Pascale

„Katchie Ananda unterrichtet mit viel Liebe, persönlichem Einsatz und äusserst abwechslungsreich. Es geht darum, dass man einen Lerninhalt, der mit Humor und Bildern vermittelt wird, viel leichter behalten kann. Ja, dass Humor der eigentliche Schlüssel des Lernens ist. Dies ist Katchie auf wunderbare Weise gelungen, ohne dabei die Tiefe der Angelegenheit sowie die spirituellen und philosophischen Kernaussagen zu vernachlässigen oder sie zu banalisieren. Katchie lebt ihr Yoga und man fühlt sich dadurch auf spezielle Art ernst genommen.“

Eva

„Die Immersion beginnt überraschend! Katchie ist temperamentvoll und gar nicht ruhig... Um sie weht das Parfüm ihres Lebens und dieses ist wild, frisch, herb sowie wundervoll authentisch, tolerant und wohlwollend. Ich ahne hinter der 46-jährigen Bernerin eine bewegte, nicht ganz bruchlose Biografie und fühle, wie meine Widerstände in die Matte schmelzen.

Anusara ist die komplexe Wissenschaft der 5 Prinzipien, die sich in Spiralen und Schlaufen ineinander verweben und alle Hüllen des Seins, vom Körper bis in die tiefsten Visionen der Seele durchdringen. Katchie bringt es mit ihrem unvergleichlichen „amerikaberndeutschisch“, sowie vielen humorvollen und weisen Geschichten fertig, dass nach 6 Tagen die Yogawelt Kopf steht. Arme werden nicht mehr tief-, sondern hochgezogen. Beim Schulterstand gibt es einen Kakerlaken- und Rattenkanal und die Balance zwischen muskulärer Energie und organischer Ausdehnung verhindert, dass niemand in seinen Gelenken hängt.

Mein Fazit: Noch nie habe ich an einem Yogaseminar so viele ‚erleuchtete‘ Knie-, Hüft-, und Schultergelenke erlebt und die individuelle Schönheit der Menschen in den Posen leuchten sehen.“

Claudia

„Mit Katchies herzlicher, pragmatischer Art zu unterrichten und ihren bildhaften Yoga-Erläuterungen anhand eigener Lebenserfahrung bleibt die Immersion für mich unvergesslich. Dank Katchie kann ich mir Abläufe von Asanas einfach merken. Ich habe gelernt, worauf für eine gesundheitsorientierte, nachhaltige Yoga-Praxis zu achten ist. Die Immersion beschränkt sich nicht auf die Matte: Ich kann wertvolle Erkenntnisse mit

ins tägliche Leben nehmen. Katchie berührt! - Sie ist ein Power-Katalysator zur Persönlichkeitsentwicklung.“

Frank

„Katchies unerschöpfliche ‚Dharma- Talks‘ waren immer wieder aufs Neue hinreissend. Ihre Geschichten von Lebendigkeit, Aufrichtigkeit und Authentizität geprägt. Sie waren einfach unglaublich lehrreich!!

Ausserdem waren wir uns beide einig, dass wir bisher noch keine Lehrerin kennenlernen durften, die mit so viel Humor, Leichtigkeit, Bescheidenheit und Kompetenz gelehrt hat! Katchies ‚Yogapractice‘, ihre ‚Meditations‘- und die Tantra-Philosophie sowie die Erklärungen und zahlreichen Erläuterungen zu den Universal Principles of Alignment, Loops und vieles mehr waren absolut erkenntnisreich und bereichernd für uns (als ‚alte‘ Therapeuten und Yogapraktizierende).

Uta und Alex