

## Bücherliste Teacher Training Vishnus Couch 2014

### BUCHREPORTE

Buchreporte gehören zur Ausbildung. Insgesamt werden 3 Buchreporte, sowie eine Abschlussarbeit in gleichem Umfang wie ein Buchreport zu Deinen Hausaufgaben gehören. Die Berichte sind zu bestimmten Terminen in deutscher Sprache fällig.

#### Ein REPORT/BERICHT umfasst:

1000 Wörter, 1. Zeilen Abstand, Punktgröße 12, Schriftart: ARIAL  
Ein Report/Bericht gibt entweder einen Überblick über das gesamte Buch oder setzt sich mit einem bestimmten Kapitel des Buches auseinander. Das kannst du auch als deine persönliche Auseinandersetzung mit dem Thema beschreiben.

#### PFLICHT-BÜCHER:

- 1) Yoga, Tradition und Erfahrung. Von T.K.V. Desikachar. Via Nova Verlag
- 2) Yoga. Das grosse Praxisbuch für Einsteiger und Fortgeschrittene. Von Inge Schöps. Parragon Verlag.
- 3) Patanjali. Das Yogasutra. Von der Erkenntnis zur Befreiung. Von R. Sriram. Theseus Verlag
- 4) Yoga – Anatomie: Ihr Begleiter durch die Asanas, Bewegungen und Atemtechniken. Von Leslie Kaminoff. Riva Verlag.

#### EMPFOHLENE BÜCHER:

Licht auf Yoga. Yoga Dipika. Das grundlegende Lehrbuch des Hatha Yoga. Von B.K.S. Iyengar, O.W. Barth Verlag

Über Freiheit und Meditation m. Audio CD von Patanjali, T. K. V. Desikachar Via Nova Verlag.

Licht auf Pranayama. Das grundlegende Lehrbuch der Atemschule des Yoga. Von B.K.S. Iyengar O. W. Barth Verlag.

Yoga der Befreiung. Das Praxisbuch des Jivamukti Yoga. Von David Life und Sharon Gannon. Via Nova Verlag.

Das Yogabuch. Die Geburt des Individuums von Osho.Osho Verlag.

Probleme lösen mit Meditation. Von Safi Nidiaye. Ullstein Verlag.

Meditation für Anfänger. Von Jack Kornfield. Mit Audio CD. Arkana Verlag.

Anatomie der Bewegung. Einführung in die Bewegungsanalyse von Blandine Calais Germain, Eckart Stofft Fourier. Marixverlag.

Bhagavad Gita. Das heilige Buch des Hinduismus von Jack Hawley. Arkana Goldmann Verlag

Kraftquelle Yoga. Das Praxisbuch des Viniyoga von Gary Kraftsow. ViaNova Verlag.

Autobiographie eines Yogi. Von Paramahansa Yogananda. Self Realization Fellowship.

#### EMPFOHLENE BÜCHER IN ENGLISCHER SPRACHE:

Yoga Mind Body & Spirit by Donna Farhi.. A Return to Wholeness. Owl Books.

Relax and Renew: Restful Yoga for Stressful Times by Judith Lasater, Rodmell Press.