

---

## INFORMATIONSBLATT FOLGE 605

### AcroYoga®

AcroYoga® wurde 2003 von Jason Nemer & Jenny Sauer-Klein in Kalifornien begründet. Es verbindet die spirituelle Weisheit von Yoga, die liebende Güte von NUAD (Thai-Yoga- Körperarbeit) & die dynamische Kraft der Akrobatik. Gemeinsam bilden diese drei Traditionen die Wurzeln von AcroYoga®, die Vertrauen, Verbundenheit & Verspieltheit fördern.

Die 7 Haupt-Elemente sind:

Circle-Ceremony, Asanas, Partner-Yoga, NUAD, therapeutisches Fliegen, Inversions (Umkehrhaltungen) & Spotting (Hilfestellungen), sowie Partner- Akrobatik.

Yoga, Akrobatik & NUAD (Thai-Yoga- Körperarbeit) fließen in einer spielerischen Form zusammen, die Körperbewusstsein & (Selbst) Vertrauen fördert. Geübt wird zu zweit & in kleinen Gruppen.

Füsse in der Luft, Kopfüber-Sein, Spielen & Lachen.

Kein Partner nötig!

**BORIS GEORGIEV** stammt aus Bulgarien und lebt seit 1991 in Wien. Geboren 1972 in Bulgarien, begann Boris als Kind mit Yoga. Vorerst praktizierte er den ganzheitlichen Sivananda Yoga, Yoga als einen facettenreichen Weg, um Glück und Balance in der modernen Welt zu verwirklichen. Ab 1995 wurde Ashtanga Vinyasa Yoga mehr und mehr der Hauptrahmen seiner Asana-Praxis. Im Jahr 2000 gründete Boris das Yogazentrum Ganesha, wo er vor allem Aga Yoga und AcroYoga® unterrichtet.

Seit 2008 entdeckte er AcroYoga als gute und spielerische Ergänzung zu der Praxis von Aga Vinyasa Yoga. Weiters wird sein Unterricht durch die Spiraldynamik® Anatomie beeinflusst. Zusammen mit seiner Frau Renée, leitet er einmal im Monat schöne und kraftvolle Kirtans (Mantrasingen).

Boris Georgiev • 0664/4027358 • [boris@ashtanga.at](mailto:boris@ashtanga.at)

