

# Stefan Faust Yoga und Business Curriculum

## Business und Coaching – Werdegang

- 1997 Master Architektur ETH
- 1999 Unternehmensberater, McKinsey & Company
- 2002 Partner, Bütikofer & Company, Kommunikation / PR
- 2005 <FAUST>, selbstständiger Unternehmensberater
- 2006 MBA Business Engineering, Universität St. Gallen
- 2007 Global Head Strategy & Change, Zürich / London, RBS Wealth Management
- 2011 Inhouseyoga, eigene Firma - Yoga für Unternehmen
- 2013 Management Coaching Ausbildung, T. Brandenberger (Tradition P. Müri)  
Syst. Enneagramm Coach Ausbildung, Gabriela von Witzleben
- 2014 InhouseYoga & Coaching - erste Coaching Kunden



## Yoga und Meditation – Lehrtätigkeit

- 2010 Hatha Yoga Klassen bei Planetyoga
- 2011 Yoga, Pranayama und Meditations-Workshops und Einzellektionen
- 2013 Hatha Yoga Klassen bei Airyoga und Ankeryoga  
Referate über Stress Management und «Mind & Body Labs» für Unternehmen
- 2014 Yoga-Seminare für Schulen, Yoga & Meditations-Wochenenden
- 2015 Verein „Yogastudium“ mit Modulen zur Eigenpraxis für erfahrene Yogaübende  
Hatha Yoga Klassen bei Das Yoga Haus und Yoga Moves (Winterthur)
- 2016 Ausbilder in 200h Yoga-Lehrerausbildung von Yoga Moves, Winterthur für Hatha Yoga, Pranayama und Meditation
- 2017 Erstes Enneagramm Coaching Seminar zusammen mit Johanna Wüthrich

## Yoga und Meditation – Aus- und Weiterbildungen

- 2000 Start Yoga- (Iyengar Yoga) und Meditations-Praxis (Vipassana)
- 2006 Vertiefung Yoga Praxis (Hatha, Ashtanga, Vinyasa, Yin und Satyananda Yoga)
- 2010 Yogalehrer Ausbildung (200h), Christina Waltner / Planetyoga  
Yoga Philosophie Ausbildung (200h), Dr. Claudia Guggenbühl
- 2011 Einwöchige Meditations-Retreats mit Stephen & Martine Batchelor, Meditationszentrum Beatenberg  
Yoga Sadhana Kurse, Urs Keller / Samatvam  
Ashram Aufenthalt Bihar School of Yoga, Munger / Indien  
Yogalehrer Ausbildung (100h), Julie Martin / Brahmani Yoga Goa  
Ayurveda Basis-Ausbildung, Prof. S. Gupta / Institut Rosenberg  
Yoga-Anatomie Weiterbildung, Richard Hackenberg / Airyoga
- 2012 Pranayama Retreat, O.J. Tiwari / Kaivalyadhama Institute, Lonavla / Indien
- 2013 Diverse Seminare holotropes Atmen, Dr. Sylvester Walch, Dr. Friderike Meckel und Dr. Ingo Jahrsetz
- 2014 Yoga Retreat Ulpotha, Sri Lanka
- 2015 Diverse 2 wöchige Meditations-Retreats mit Sayadaw U Tejaniya, Joseph Goldstein, Steve Armstrong, Carol Wilson, Fred von Allmen, Meditationszentrum Beatenberg
- 2016 Yogalehrer Ausbildung (+300h), Stephen Thomas, Doug Keller / Airyoga

Laufende Weiterbildung (z.B. Hatha Yoga, Pranayama, Tantra, Nada Yoga, Gesang, Meditation, etc.)