

1.-3.6.2012

2. Business Yoga

Unter der Schirmherrschaft von
Dr. Gerald Grisse, ehem. Generaldirektor
bei der Europäischen Zentralbank

Kongress

Business meets Yoga

Arbeit und Gesundheit im Wandel
– Impulse zum Aufbruch



Berufsverband der Yoga
Vidya Lehrer/innen e.V.,
in Zusammenarbeit mit
yogabiz, Yoga Business
Partner München

yoga biz[®]
yoga business partner

YOGA
Vidya

Inhaltsverzeichnis

- 3 Einführung
- 5 Kongressprogramm (chronologisch)
- 11 Programmübersicht (tabellarisch)
- 19 Referenten
- 23 Weitere Angebote
- 24 Anmeldung

Veranstalter

Der **Berufsverband der Yoga Vidya Lehrer/innen e.V.** ist ein Yoga-lehrer-Verband mit dem Ziel, Menschen durch das Üben von Yoga zu Gesundheit, Persönlichkeitsentwicklung, Selbsterkenntnis und Bewusstseinsweiterung zu verhelfen.

Der Kongress findet in Zusammenarbeit mit **yogabiz – Yoga Business Partner** – und dem **Yoga Vidya Kooperationcenter München-Unterhaching** statt, die seit Jahren erfolgreich maßgeschneiderte Business Yoga Dienstleistungen anbieten.

Preise, Info über Einschreibe-/Workshoplisen, praktische Hinweise:
s. Seite 4. Anmeldung s. Broschürenrückseite.

Veranstaltungsort

Das Projekt Shanti von Yoga Vidya e.V., in der ehemaligen „Parkklinik“, die durch ganzheitliche innovative Konzepte neu belebt wurde und nun als multi-funktionale Begegnungsstätte für Kongresse, Seminare, Gastgruppen zur Verfügung steht. Die Yogatherapie, Kinderyoga-Räume und ein Stille-Retreatzentrum befinden sich ebenfalls hier. Das Haus ist ein energetischer Kraftort mit einer besonderen Atmosphäre: biologisch-vegetarische Verpflegung, rauch- und alkoholfrei, wunderschön direkt am Länderpark „Silvatikum“ im idyllischen Teutoburger Wald Nähe Paderborn gelegen. Trotz der ruhigen Lage ist es leicht zu erreichen: per Auto (B239), per Zug (Bahnhof Horn-Bad Meinberg) oder Flugzeug (Flughafen Paderborn, von dort Zug bis Horn). Genaue Reiseinfos kommen mit der Anmeldebestätigung.



**Berufsverband der
Yoga Vidya Lehrer/innen e.V.**
Yogaweg 7 · 32805 Horn-Bad Meinberg
Tel. 05234/87-0 · Fax -1875
info@yoga-vidya.de
www.yoga-vidya.de

2. Business Yoga Kongress 2012

- * Neue Wirtschaft, neue Arbeit
- * Empowerment in Arbeit und Gesundheit
- * Neue alte Werte

Die Gesundheit von Mitarbeitern und Führungskräften wird immer wichtiger. Viele Branchen können sich nur durch ein Mehr an Kreativität, Teamarbeit und Kooperation behaupten. Doch wie geht das in einem hoch verdichteten Arbeitsalltag, der von zunehmendem Erfolgs- und Zeitdruck geprägt ist?

Eine Studie der Deutschen Gesellschaft für Personalführung e.V. zeigt, dass Führungskräfte besonders unter der ständigen Erreichbarkeit und fehlendem Stressausgleich in der Freizeit leiden. Die Mitarbeiter bringen dagegen häufig private Probleme und Belastungen mit in die Arbeit und leiden unter sozialen Konflikten mit Vorgesetzten und Kollegen.

Der diesjährige Business Yoga Kongress zeigt auf, welchen Beitrag Business Yoga zur Verbesserung der betrieblichen Gesundheit und des individuellen Wohlbefindens auf verschiedenen Ebenen leisten kann. Jeder der drei Kongresstage beleuchtet einen besonderen Aspekt: Der Schwerpunkt „Neue Wirtschaft, neue Arbeit“ gibt Impulse für das unternehmerische Handeln, unter dem Titel „Empowerment in Arbeit und Gesundheit“ zeigt der Kongress Werkzeuge zur Selbstbefähigung, und am dritten Tag geht es um „Neue alte Werte“.

Yogalehrende erfahren hier, wie sie mit ihrem Yogaunterricht Menschen in ihrem Berufsalltag noch wirksamer erreichen und unterstützen können. Du bekommst zahlreiche Tipps, wie Du Deine Yogakurse an unterschiedliche Zielgruppen und Aufgabenstellungen anpassen kannst. **Unternehmer, Manager und alle Interessierten sind herzlich eingeladen, sich umfassend über Praxisbeispiele und die Wirksamkeit von Business Yoga als ganzheitliche Methode zu informieren.**

Nahezu **80 Plenumsvorträge, Workshops und Praxisstunden.** Mit namhaften Experten und Buchautoren wie **Dr. Rüdiger Dahlke, Dr. Ellis Huber, Erik Händeler** und vielen anderen. Zahlreiche Praxis-kostproben in Form von themenspezifischen Yogastunden, Meditationen und Workshops machen das breite Wirkungsspektrum von Yoga und Entspannung erfahrbar.

Herzlichst,



Sukadev Bretz und das yogabiz-Team

Kongressprogramm

Zur einfacheren Orientierung sind die Veranstaltungen fortlaufend nummeriert, mit Zusatz: PL = Plenumsvortrag, WS = Workshop, P = Praxiskostprobe



Kongressgebühr


Übernachtung inkl. Verpflegung: Fr.-So. MZ 166 €, DZ 195 €, EZ 225 €, einfaches EZ ohne WC/Dusche 195 €, Schlafsaal 143 €. Zusätzl. Übernachtungen: MZ 45 €, DZ 60 €, EZ 75 €, Schlafsaal 34 €.

Tagespreise ohne Übernachtung: Fr. und So. je 35 €, nur Sa. 60 €. 10% Ermäßigung für BYV-, BYVG-, BYAT-Mitglieder.

Alles inkl. vegetarischer Vollwertverpflegung.

Kurzfristige Änderungen vorbehalten. Für manche Workshops gibt es beschränkte Teilnehmerzahlen. Es empfiehlt sich daher frühzeitige Anreise mit Eintragung in die Workshoplisten. Anmeldung s. Rückseite. **Bitte frühzeitig anmelden.**

 **Info-Stände:** Business Yogalehrer Ausbildung • Kursleiter-Ausbildungen • Yogatherapie u. Yogatherapie-Ausbildung • Projekt Shanti • Yoga Vidya Berufsverbände • Yogalehrer Aus- u. Weiterbildung

 **Praktische Hinweise:** Lockere, entspannte Atmosphäre. In legerer, bequemer Kleidung können Sie auch die Praxiskostproben ganz entspannt genießen. Die meisten Veranstaltungen besuchen Sie ohne Schuhe – daher sind eventuell warme Socken von Vorteil. Das Seminarhaus bietet eine biologisch-vegetarische Vollwertküche und ist rauch- und alkoholfrei (Rauchen außerhalb des Geländes ist möglich).

Freitag, 1. Juni 2012

– Themenschwerpunkt: *Neue Wirtschaft, neue Arbeit*

ab 9.00 Uhr **Anreise und Eintragung in Vortrags-/Workshoplisten**
9.15–11.00 **Parallele Yogastunden**
9.00–12.00 **Frühstücks- und Mittagsbuffet**

12.30



Begrüßung: Sukadev Bretz, 1. Vorsitzender des Berufsverbandes der Yoga Vidya Lehrer/innen e.V. (BYV), **Hans-Peter Bayerl**, yogabiz

Maria Klaas, Handelsausschuss IHK Lippe zu Detmold
Grüßwort von **Schirmherr Dr. Gerald Grisse**, ehem. Generaldirektor Verwaltung der Europäischen Zentralbank

13.00–14.00

02 PI

Arbeit und Gesundheit im Wandel

– **Impulse zum Aufbruch**“ (Dr. Rüdiger Dahlke)

Ganzheitliche Sicht von Arbeit und Gesundheit. Was sind die Herausforderungen, Perspektiven und die Chancen für den Einzelnen, das Unternehmen und die Gesellschaft? Was sind die ersten Anzeichen und Schritte zum Wandel. Welchen Beitrag können Führungskräfte und Beschäftigte leisten?

14.15–15.15

03 WS

Parallele Vorträge und Workshops:

Demografischer Wandel und Arbeitsalltag
– **Herausforderungen und Chancen**

(Frank Ziegenbein)

Wie lässt sich die Beschäftigungsfähigkeit der Mitarbeiter erhalten? In dieser Frage kommt der Gesundheitswirtschaft und den Arbeitgebern jeweils eine besondere Rolle zu. Wie lassen sich insbesondere ältere Mitarbeiter unterstützen und welche einfachen, praktischen Hilfen gibt es? Neue Konzepte sind gefragt!

04 WS

Der Mensch in der Wirtschaft

(Prof. Dr. Matthias Knuth)

Länger arbeiten, aber wie? Veränderung der Arbeitsbelastungen bei gleichzeitiger Zunahme von Unsicherheit von Beschäftigungsverhältnissen vor dem Hintergrund sinkender Arbeitszufriedenheit und zunehmender psychischer Diagnosen.

05 WS



Ganzheitlichkeit im Business (Jürgen T. Knauf)

Time to change! Dieser interaktive Vortrag zeigt anhand der Health2Business-Strategie eindrucklich, wie Unternehmen und Mitarbeiter eine Einheit bilden (Yin & Yang) und wie jeder proaktiv auf den demografischen Wandel und den Druck auf verschiedenen Ebenen reagieren kann.

06 WS

Die Brahmaviharas als Leitmodell für wirtschaftliches Handeln (Adriaan van Wagenveld)



Auch für Unternehmen ist es möglich, die Brahmaviharas, die „unermesslichen Geisteszustände“, zum Leitmodell des Handelns zu machen ohne damit den Erfolg des Unternehmens zu gefährden, sondern im Gegenteil sich von anderen Unternehmen durch „Menschlichkeit“ positiv abzuheben.

07 WS

Betriebliche Gesundheitsförderung und gesunde Räume bei der Firma raum+LUFT (Wolfgang Schürings)

Der Unternehmer Wolfgang Schürings berichtet über die betriebliche Gesundheitsförderung in seinem Unternehmen und gibt praktische Anregungen, wie Yogalehrende in Unternehmen oder im eigenen Studio das Raumklima verbessern und für eine heilsame Atmosphäre sorgen können.

15.45–16.45 **Parallele Vorträge und Workshops:**

09 WS

Leben und Handeln mit Intention (Christian Möriz)



Christian Möriz zeigt in diesem Workshop einfache Tools und Strategien für ein bewusstes Leben mit einer kraftvollen INTENTION. Stressvolle und energieraubende Symptome bzw. Erfahrungen lassen sich damit innerhalb weniger Minuten in ein kraftvolles, bedeutungsvolles und nachhaltiges Erlebnis verwandeln.

10 WS

Gesundheitsmanagement in der Praxis: Beispiel Hoffmann Group München (Elisabeth Zacharias)

Unsere Gesundheit – unser Erfolg! Die Gesundheit der Mitarbeiter ist nicht nur ein wichtiger Faktor für die Produktivität von Unternehmen sondern macht auch jeden Arbeitgeber attraktiver!

11 WS

Psychosoziale Gesundheitsförderung mit Yoga (Hans-Peter Bayerl)

Psychosoziale Aspekte rücken zunehmend in das Bewusstsein der betrieblichen Gesundheitsförderung. Welchen Beitrag kann Yoga diesbezüglich leisten? Dieser Workshop zeigt den Bedarf der betrieblichen Gesundheitsförderung auf und gibt Anregungen für die Umsetzung im Business Yoga.

12 WS

Betriebliches Gesundheitsmanagement bei SMA Solar Technology AG (Ernst Kaiser)



Geliebter Ausdruck der Mitarbeiter-orientierten Unternehmenskultur. Wie kann Mitarbeitern angesichts hoher Herausforderungen in der Arbeitssituation der Rücken gestärkt werden? Die SMA erreichte 2011 beim Wettbewerb „Great Place to Work“ den ersten Platz bei den Unternehmen mit mehr als 5.000 Mitarbeitern in Deutschland.

16.45-18.00 **Parallele Yogastunden, u. a.:**

- 13 P *Business Yoga im Stehen* (Claudia Bauer)
- 14 P *Team Yoga* (Hans-Peter Bayerl)
- 15 P *Lächeln statt Zähneknirschen* (Heinz Pauly)
- 16 P *Atemübung für die Pause* (Viola Werner)

17.30-19.30 **Vegetarisches Abendbuffet**

18.30-20.00 **Info-Stände** im Foyer des Projekt Shanti

- 17 Business Yogalehrer Ausbildung (yogabiz)
- 18 Kursleiter-Ausbildungen
- 19 Yogatherapie-Ausbildung
- 20 Projekt Shanti
- 21 Yoga Vidya Berufsverbände
- 22 Yogalehrer Aus- und Weiterbildung

19.00-19.45 **Klangreise**

- 23 P (Heinz Pauly)

20.00-22.00 **Abendprogramm:**

20.00-20.45 **Yoga, die Kunst des Wandels** (Friedl Marksteiner)

24 PL



Die weltweite Krise der Wirtschaft zeigt, dass dringend eine neue Balance, zwischen Finanz-, Wirtschafts-, Öko- und Sozialsystem sowie unserem Wertesystem hergestellt werden muss. Dies fordert von uns eine neue geistige Orientierung. Die alten und gleichzeitig modernen Konzepte des Yoga unterstützen eine ganzheitliche Geistigkeit, die zu einer inneren Balance führt, aus der verantwortungsvolles Handeln entstehen kann.

21.00

25

Tagesausklang mit Abendmeditation, Mantra-Singen, Lichtzeremonie (Sukadev Bretz)



Samstag, 2. Juni 2012

– Themenschwerpunkt: *Empowerment in Arbeit und Gesundheit*

6.00–6.55

Morgenprogramm:

26 P

Pranayama – Atemübungen für Fortgeschrittene

27 P

Yoga Vidya – Morgenyoga zum Start in den Tag

28 P

Yoga Vidya – Rückenyoga

7.00–7.20

Parallele Meditationen:

29 P

Stille Meditation

30 P

Eigenschaftsmeditation

31 P

Energie-Meditation

7.20–7.45

Mantrasingen, Kurzvortrag, Arati (Lichtzeremonie)

32 P

(Sukadev Bretz)

7.45–8.30

Spiritualität in der Arbeit

33 P

Sukadev Bretz (Yoga Vidya)

8.45–9.45

Parallele Yogastunden:

34 P

Vinyasa Flow im Business Yoga (Claudia Bauer)

35 P

Yogastunde mit Klangtherapie (Vani Devi)

36 P

Computer Augentraining (Viola Werner)

37 P

Rückenyoga mit dem Bürostuhl (Kalidas Stoyloff)

38 P

Yoga für Fitness, Kraft und Flexibilität



9.30-12.15 **Vegetarisches Frühstücks- und Mittagsbuffet**

10.00-11.00 **Parallele Vorträge und Workshops:**

**39 WS Forum Business Yoga: Business Yoga Unterrichts-
praxis – Fragen und Antworten** (Claudia Bauer)

Dieser Workshop richtet sich an Business Yogalehrende, die konkrete Fragen haben hinsichtlich Unterrichts-gestaltung, anatomisch korrekte Ausführung und klare Anleitung von Business Yoga Asanas.

40 WS NLP und visionäres Selbst-Management
(Dr. Uma Grahovac)



Wenn ich mit mir selbst in gutem Kontakt bin, fällt es mir in der Regel auch leichter, im Umfeld Freude an Kommunikation zu haben. Darum steht in diesem Workshop die Stärkung der eigenen Intuition und der eigenen Ressourcen im Vordergrund. Praktische körperorientierte Methoden zur Visionsuche des modernen NLP treffen wirkungsvolle systemische Diagnoseverfahren – mit Humor und Leichtigkeit.

41 WS Sehnsucht nach Work-Life-Balance
(Ute Gerhard)



Work-Life-Balance ist ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Arbeit und Privatleben. Doch wie schaffe ich das in einer Zeit, in der mich die Arbeit immer mehr auffrisst. Familie und Freunde beschweren sich, da ich keine Zeit mehr für sie habe. Wir wollen die Gründe für diese Schiefstände herausfinden und Lösungsmöglichkeiten erarbeiten. Ziel ist es, Ideen mitzunehmen, um das eigene Work-Life wieder in Balance zu bringen.

**42 WS YES - Yoga Essentials und GEM - Ganzheitliches Ener-
giemanagement** (Dr. Hans Kugler)

Im Business Yoga braucht es besondere Ansätze, um die Zielgruppe zu erreichen, insbesondere Stress geplagte Führungskräfte und Leistungsträger. YES verdichtet Yoga auf vier Kernaspekte für einen leichteren Einstieg und bietet sie auf dem iPod als maßgeschneiderte Übungsprogramme für den Arbeitstag an. GEM ergänzt sie um weitere wirksame Instrumente des Selbstmanagements.

43 WS Achtsame Kommunikation und Tai Chi Chuan
(Martin Neumann)



Achtsame Kommunikation & Tai Chi Chuan sind Perspektiven auf die Fähigkeit zur Empathie – sich selbst und dem Anderen gegenüber. Sie eröffnen neue Möglichkeiten, in Konfliktsituationen präsent und gelassen in Beziehung zu bleiben.

12.30-13.30 **Parallele Vorträge und Workshops:**

44 WS



Forum Business Yoga: Angebotskonzept & Vermarktung

(Hans-Peter Bayerl und Dr. Hans Kugler)

Dieser Workshop richtet sich an Yogalehrende, die bereits in Unternehmen aktiv sind, oder es werden wollen. Wie lassen sich Business Yoga Kurse, Seminare und Einzelcoaching bedarfsgerecht gestalten, innerhalb der betrieblichen Gesundheitsförderung positionieren und vermarkten?

45 WS

Powernick (Dr. Christian Brehmer)

POWER-NICKerchen ist ein Entspannungsverfahren, bei dem man kurzfristig in einen dynamischen Wachschlaf gleitet. Der Körper erfährt tiefe Ruhe, gleichzeitig bleibt der Geist hellwach. Der Workshop gibt dazu eine Einführung und Selbsterfahrung.

46 WS



Mit Yoga und Achtsamkeit Mobbing Situationen lösen

(Prof. Dr. Gudakesha Kurt Becker)

Du lernst die Grundbegriffe und Ursachen von Mobbing kennen und erfährst, wie du Betroffenen mit Affirmationen und Anleitungen zu Yoga Übungen für die Stärkung des Selbstwertgefühls helfen kannst. Wenn du selbst betroffen bist, hilft dir das Erkennen der Situation und ein achtsamer Umgang mit deinen Emotionen. Durch bewusste Reaktionen auf das Mobbing kann die Mobbing-Situation entscheidend beeinflusst, oftmals sogar gelöst werden.

47 WS

Kommunikation zur Steigerung von Kreativität und Gesundheit (Theo Petzold)

Salutogene Kommunikation Salkom® ist eine achtsam kreative Weise, durch Kommunikation Menschen in ihrer gesunden Selbstregulation in allen Dimensionen des Daseins anzuregen. Einfache Fragen und Spiegelungen können helfen, therapeutische, beratende und führende Tätigkeit wirksamer zu gestalten.

48 WS

Selbstbewusstsein und Stärke entwickeln

(Shivakami Bretz)

13.45-14.30

49 PL

Empowerment in Arbeit und Gesundheit – Neue Wege und Instrumente (Dr. Ellis E. Huber)

Was kann das betriebliche Gesundheitsmanagement tun, damit Menschen psychosozial gesund bleiben? Druck versus Freiheit. Welche neuen Wege und Instrumente gibt es? Beispiel Securvita: Welche Impulse gehen von der Führungsspitze für den Umgang mit Kunden und Kollegen aus? Welche Rolle kommt den Führungskräften zu, welche den Beschäftigten?



Samstag, 2. Juni 2012 – Themenschwerpunkt: Empowerment in Arbeit und Gesundheit

Zeit				
06:00 – 06:55	26 P Pranayama	27 P Morgenyoga zum Start in den Tag	28 P Rückenyooga	
07:00 – 07:20	29 P Stille Meditation	30 P Eigenschaftsmeditation	31 P Energiemediation	
07:20 – 07:45	32 P Mantrasingen, Kurzvortrag, Lichtzeremonie (Sukadev Bretz)			
07:45 – 08:30	33 PL Spiritualität in der Arbeit (Sukadev Bretz)			
08:45 – 09:45	34 P Vinyasa Flow im Business Yoga (Claudia Bauer)	35 P Yoga mit Klangtherapie (Vani Devi)	36 P Computer Augentraining (Viola Werner)	37 P Rückenyooga mit dem Bürostuhl (Kalidas Stoyloff)
			38 P Yoga für Fitness, Kraft und Flexibilität	

09:30 – 12:15 Frühstücks- und Mittagsbuffet

Zeit	Mittagsbuffet			
10:00 – 11:00	39 WS Forum Business Yoga: Business Yoga Unterrichtspraxis – Fragen und Antworten (Dr. Uma Grahovac)	40 WS NLP und visionäres Selbst-Management (Dr. Uma Grahovac)	41 WS Sehnsucht nach Work-Life-Balance (Ute Gerhard)	42 WS YES – Yoga Essentials und GEM – Ganzheitliches Energiemanagement (Dr. H. Kugler)
12:30 – 13:30	44 WS Forum Business Yoga: Angebotskonzept & Vermarktung (Hans-Peter Bayerl, Dr. Hans Kugler)	45 WS Powernick (Dr. Christian Brehmer)	46 WS Mit Yoga und Achtsamkeit Mobbing Situationen lösen (Prof. Dr. Gudakesha Kurt Becker)	47 WS Kommunikation zur Steigerung von Kreativität und Gesundheit (Theo Petzold)
13:45 – 14:30	49 PL Empowerment in Arbeit und Gesundheit – Neue Wege und Instrumente (Dr.Ellis Huber)			43 WS Achtsame Kommunikation und Tai Chi Chuan (Martin Neumann)
				48 WS Selbstbewusstsein und Stärke entwickeln (Shivakami Bretz)

14:45 – 15:45	50 WS Business Yoga Partner – ein Kooperationsmodell für Regionalgruppen, Präsentation der Regionalgruppen, Einladung der TeilnehmerInnen zu einzelnen Gruppen (Claudia Bauer, Hans-Peter Bayerl, Dr. Hans Kugler)	51 WS Neues vom komplementären Gesundheitsbereich – Trends... (Surya Thelen)	52 WS Wie gründe und leite ich ein Yoga Vidya Koop-Center? (Prof. Dr. Gudakesha Becker, Dr. Vedamurti Schönert)
16:00 – 17:00	53 WS Regiogruppen 1-8, persönliche Vorstellung, Hintergründe, Erfahrungen, Kooperationsmodell, Ideen, etc Koordinationen	54 P AntiAging Yoga am Arbeitsplatz (Dr. Purnima Kaiser)	55 P Yogastunde mit Chakra Konzentration für mehr Energie
17:30 – 19:15	Abendbuffet		
17:30 – 18:30	56 P Entspannt Leistung bringen (Viola Werner)	57 P Partnerübungen des Tai Chi Chuan: Das eigene Konfliktverhalten wahrnehmen und gestalten (Martin Neumann)	58 P Yoga Essentials (Dr. Hans Kugler)
19:30 – 20:30	60 WS Wege aus dem Burn-out – eine Betroffene und eine Therapeutin im Gespräch (Eva Holl, Shivakami Bretz)		
20:30 – 21:30	61 PL Top Dogs – Ein Königsdrama der Wirtschaft (Mico Maco Theater)		
anschließend	62 Tagesausklang mit Abendmeditation/Lichtzeremonie (Sukadev Bretz)		



Farbmarkierungen nach Thema:

- Plenum
- Betriebliches u. Yoga-Gesundheitsmanagement
- Yogapraxis und Verwandtes
- Essenszeiten



LEGENDE: Veranstaltungskürzel: **Pl** = Plenumsvortrag, **P** = Praxisstunde, **WS** = Workshop
 Fortlaufende **Nummern 1 – 79:** siehe ausführliche Beschreibungen im Textteil des Programms

Sonntag, 3. Juni 2012 – Themenschwerpunkt: Neue alte Werte

Zeit					
06:00 – 06:55	63 P Pranayama	64 P Mozart Yoga (Dr. H. Kugler)			
07:00 – 07:20	65 P Geführte Meditation	66 P Stille Meditation			
07:20 – 07:45	67 P Mantrasingen, Vortrag, Lichtzeremonie (Sukadev Bretz)				
07:45 – 08:30	68 PL Der Zen-Geist in Arbeit und Führung (Doris Zölls)				
08:45 – 09:45	69 WS Westliche & yogische Weltanschauung (F. Marksteiner)	70 WS Spirituelle Technik für Businessmenschen (Susanne Sirringhaus)	71 WS Betriebliche Entscheidungen aus yogischer Sicht (Dr. Vedamurti Schönert)	72 WS Wert durch Werte – Ethik im Business (Shivakami Bretz)	73 WS Firmenbeispiel „Grüne Erde“: Anders denken, anders arbeiten
09:30 – 12:30	Frühstücks- und Mittagssbuffet				
10:15 – 11:15	74 P Yoga Nidra (Surya Thelen)	75 P Yogastunde mit Affirmationen für Selbstbewusstsein und innere Ruhe		76 P Business Yoga Masterclass (Claudia Bauer)	77 P 5 Business Yoga-bausteine Yoga Stunde (Dr. Purnima Kaiser)
12:30 – 13:30	78 PL Zukunftsperspektiven von Arbeit und Gesundheit (Erik Händler)				
bis ca. 14:00	79 Abschlussworte Sukadev Bretz (Yoga Vidya), Dr. Hans Kugler (yogabiz)				

14.45-15.45 **Parallele Vorträge und Workshops:**

50 WS **Business Yoga Partner – ein Kooperationsmodell für Regionalgruppen** (Claudia Bauer, Hans-Peter Bayerl, Dr. Hans Kugler).

Auf Grundlage des Kooperationsmodells von yogabiz fördert der Berufsverband der Yogalehrenden (BYV) den Aufbau von Regionalgruppen (Business Yoga Partner). Dieser Workshop stellt das Kooperationsmodell sowie unterstützende Maßnahmen für ihre Arbeit vor. Die ersten Regionalgruppen präsentieren sich und ihre Arbeit.



51 WS **Neues vom komplementären Gesundheitsbereich – Trends, Projekte, Allianzen** (Surya Thelen)

Als Mitglied der Freien Gesundheitsberufe (FG) und Verwaltungsratsmitglied bei der Securvita berichtet Surya I. Thelen über anstehende Projekte.

52 WS **Wie gründe und leite ich ein Yoga Vidya Kooperationscenter?** (Prof. Dr. Gudakesha Kurt Becker und Dr. Vedamurti Schönert)

Die beiden Yoga Vidya Centerleiter berichten über ihre Erfahrungen und geben praktische Tipps für Interessierte.



16.00-17.00 **Parallele Yogastunden und Workshops:**

53 WS **Business Yoga Partner: Präsentation und Workshops der Regionalgruppen** (KordinatorInnen der Regionalgruppen, yogabiz)

Die Workshops der unterschiedlichen Regionalgruppen bieten interessierten KongressteilnehmerInnen die Möglichkeit, sich über die Arbeit der Regionalgruppen zu informieren, Erfahrungen im Business Yoga auszutauschen und sich ggf. aktiv an der Arbeit der Gruppen zu beteiligen.

54 P **AntiAging-Yoga für den Arbeitsplatz** (Dr. Purnima Kaiser)
Techniken aus dem Hatha- und Hormon-Yoga im Einsatz am Arbeitsplatz.

55 P **Yogastunde mit Chakrakonzentration** für mehr Energie

17.30-19.15 **Vegetarisches Abendbuffet**

17.30-18.30 **Parallele Veranstaltungen:**

56 P **Entspannt Leistung bringen** (Viola Werner)

57 P **Partnerübungen des Tai Chi Chuan: das eigene Konfliktverhalten wahrnehmen und gestalten** (Martin Neumann)

Mit Achtsamer Kommunikation und Tai Chi Chuan Empathie entwickeln und in Konfliktsituationen präsent und gelassen in Beziehung bleiben.



58 P **YES – Yogastunde (Yoga Essentials)** (Dr. Hans Kugler). YES verdichtet Yoga auf vier Kernaspekte und bietet maßgeschneiderte Übungsprogramme für den Arbeitsalltag an.

59 P **Selbstmassage Workshop** (Satya Devi Bratherig)

19.30–20.30 **Podiumsgespräch:**

60 PL **Wege aus dem Burn-out – eine Betroffene und eine Therapeutin im Gespräch** (Eva Holl und Shivakami Bretz, Moderation: Hans-Peter Bayerl und Dr. Purnima Kaiser) Eva berichtet über ihre Burn-out-Erfahrungen, welche Faktoren dazu geführt haben, und was sie jetzt anders macht. Shivakami spricht als Yogatherapeutin unter anderem darüber, welche Erfahrungen sie mit Betroffenen gemacht hat und wie sie sie mithilfe von Yoga auf ihrem Weg aus dem Burn-out unterstützt.

20.30–21.30 **Business Theater: „Top Dogs – ein Königsdrama der Wirtschaft“** (von Urs Widmer)

61 PL Top Dogs ist eine komödiantisch-groteske Inszenierung des Mico Maco-Theaters. Spitzenkräfte aus der Wirtschaft werden plötzlich von Entlassern zu Entlassenen. Sie finden sich in einem Seminar für arbeitslose Manager wieder. Ohne Job bleibt von ihnen nichts weiter als eine leere Hülle. Sie müssen neu „laufen lernen“ und sich von den oft traumatischen Erfahrungen der Entlassung befreien. Das Mico Maco-Theater spielt dieses Stück sehr erfolgreich in fast immer ausverkauften Theatern. *Hinweis: Für dieses Theaterstück bitten wir um eine Spende von 10 Euro*

ca. 21.30 **Tagesausklang** mit Abendmeditation, Lichtzeremonie (Sukadev Bretz)

62



Sonntag, 3. Juni 2012

– Themenschwerpunkt: *Neue alte Werte*

6.00–6.55

63 P

64 P

65 P

66 P

Morgenprogramm:

Pranayama

Mozartyoga (Dr. Hans Kugler)

Geführte Meditation

Stille Meditation

7.20–7.45

67 P

Mantra-Singen, Vortrag, Lichtzeremonie

(Sukadev Bretz)

7.45–8.30

68 PL

Der Zen-Geist in Arbeit und Führung (Doris Zölls)

Im Zen-Geist zu leben bedeutet, Präsenz, Bewusstheit und tiefes Mitgefühl zu entfalten. Jeder Moment sollte davon durchdrungen, in jeder Art von Arbeit verwirklicht, und unser Umgang mit allen Wesen davon bestimmt sein.

8.45–9.45

69 WS

Parallele Veranstaltungen:

Westliche & yogische Weltsicht (F. Marksteiner)

Im Westen ist der theoretische Hintergrund des Yoga weitgehend unbekannt. Dabei zeigen die theoretischen Modelle zum Yoga im Rahmen des Samkhya-Systems erstaunliche Parallelen zu den neuen Erkenntnissen von Quantenphysik, Neurowissenschaften und Psychologie und verweisen uns auf die eine Wirklichkeit, die sich in allem Sein ausdrückt.

70 WS

Spirituelle Technik für Businessmenschen (Susanne Siringhaus). Business-Welt, materieller Erfolg, Ich-Kraft im Sinne von Durchsetzungsvermögen, Konfliktfreudigkeit, Lust am Luxus scheinen eine konträre Welt zu bilden zu der Vorstellung von Spiritualität, Sinnsuche und wahre Werte. Wir werden in diesem Seminar humorvoll und präzise die verdeckten Sehnsüchte beider Welten aufzeigen, wo sie sich berühren und wo sie sich befruchten und wo sie eins sind.

71 WS

Betriebliche Entscheidungen aus yogischer Sicht

(Dr. Vedamurti Schönert)

Die klassischen Yogaschriften wie z.B. die Bhagavad Gita geben Hinweise, nach welchen Kriterien Entscheidungen aus yogischer Sicht zu treffen sind. Yoga Vidya hat sich zum Ziel gesetzt, den integralen Yoga zu verbreiten und ganzheitlich yogische Prinzipien mit humanistisch-demokratischen zu kombinieren. Die Entscheidungsfindung und -umsetzung findet in einem Spannungsverhältnis von wirtschaftlichen Erfordernissen und yogisch-ethischen Werten statt. Kriterien, Werte, Erfahrungen und Perspektiven.



- 72 WS Wert durch Werte – Ethik im Business (Shivakami Bretz)
- 73 WS Firmenbeispiel „Grüne Erde“
– Anders denken, anders arbeiten
- 9.30-12.30 Vegetarisches Frühstücks- und Mittagsbuffet
- 10.00-11.00 Parallele Veranstaltungen und Yogastunden:
- 74 P *Yoga Nidra* (Surya Thelen)
Tiefe heilsame Entspannung für körperliche, geistige und seelische Regeneration, zur Stärkung des Immunsystems, für neue Kraft und Energie.
- 75 P *Yogastunde mit Affirmationen für Selbstbewusstsein und innere Ruhe*
- 76 P *Business Yoga Masterclass* (Claudia Bauer)
- 77 P *5 Business Yoga-Bausteine für den Arbeitsalltag* (Dr. Purnima Kaiser). Jeweils 7 Minuten für Entspannung, Energie, Schulter/Nacken, Augen, unterer Rücken. Die Bausteine können je nach Bedarf im Arbeitsalltag flexibel eingesetzt werden.
- 12.30-13.30 **Zukunftsperspektiven von Arbeit und Gesundheit**
78 PL (Erik Händeler)
Je mehr es um immaterielle Gedankenarbeit geht, umso mehr sind wir auf das Teilwissen anderer angewiesen. Das erzwingt Kooperation auf Augenhöhe, berührt unsere seelischen Schichten und verändert die Arbeitskultur. Gemeinsam mit einem präventiven Gesundheitswesen und Lebensstil führt dies zu einer echten Gesundheitsreform. Wird die Welt vielleicht doch immer besser?
- 14.00 **Abschlussworte**
79 PL Sukadev Bretz (Yoga Vidya) und Dr. Hans Kugler (yogabiz)





Sukadev Bretz – ist Gründer und spiritueller Leiter von Yoga Vidya. Er versteht es wunderbar, tiefe Weisheit humorvoll weiterzugeben. Seine besondere Stärke ist es, Aspiranten zu intensiver Praxis zu motivieren, hinter allem einen höheren Sinn zu sehen und mehr Energie und Herz in den Alltag zu bringen. Er ist Autor von: „Die Yoga-Weisheit des Patanjali für Menschen von heute“, „Das Yoga Vidya Asana Buch“, „Yoga Geschichten“ u.a. Erlebe den dynamischen Begründer einer der führenden Yoga Bewegungen Europas.

Referenten in alphabetischer Reihenfolge nach Vornamen:



Adriaan van Wagenveld – Schüler von Zenmeister Thich Nhat Hanh, war bis 2003 als Novize im Kloster und hat viele Organisationen zur Realisierung von unmöglich erachteten Zielen geführt. Seit 2008 gibt er hauptberuflich Seminare zum Thema Brahmaviharas und Achtsamkeit sowie Vipassana Retreats. Einer seine Träume ist es, ein Unternehmen beim erfolgreichen Implementieren der Brahmaviharas zu begleiten.



Dr. Christian Brehmer – Psychologe, Entspannungspädagoge und Yogalehrer. Er ist Autor der Bücher „Die Evolution des Bewusstseins“ und „Vom Urknall zur Erleuchtung“. Er ist als Referent in der Erwachsenenbildung, als POWER-NICKerchen-Trainer und als Yogalehrer tätig.



Christian Möritz – Geschäftsführer und Gründer der Eventagentur Cultus Animi, die Veranstaltungen mit Bestsellerautoren wie Deepak Chopra, Neale Donald Walsch, Gregg Braden, Dr. Bruce Lipton u.v.a. mit sehr großem Erfolg organisiert. Das Cultus Animi Online Radio ist seit einem Jahr ebenfalls sehr erfolgreich auf Sendung.



Claudia Bauer – Staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin, Yogalehrerin (BYV) und Mitinitiatorin von yogabiz. Sie besitzt umfangreiche Berufserfahrung in der Erwachsenen- und Bewegungspädagogik. Seit 2004 unterrichtet sie Business Yoga in Form von Kursen, Tagungsbegleitung und Coaching.



Doris Zölls – studierte evangelische Theologie in München und arbeitete als evangelische Pfarrerin in der Gemeinde sowie im Schuldienst. Sie ist Zen-Meisterin der Zen-Linie „Leere Wolke“ und spirituelle Leiterin des Benediktushofes, Vorsitzende des Kuratoriums Zen und Mitglied im Präsidium der „West-Östliche Weisheit – Willigis Jäger Stiftung“.



Elisabeth Zacharias – Leiterin der Personalentwicklung bei der Hoffmann Group, Diplompsychologin, Verhaltens- und Kommunikationstrainerin und Coach. In ihrem Unternehmen ist sie zusätzlich für das Gesundheitsmanagement am Standort München zuständig, wo u.a. für die Mitarbeiter ein Yogakurs angeboten wird. Praktiziert Yoga seit 4 Jahren. Für sie ist Sport ein Haupttreiber für innere Zufriedenheit und Vitalität.



Dr. med. Ellis E. Huber – Vorstand der Securvita Krankenkasse, Vorsitzender des Berufsverbandes Deutscher Präventologen e.V. und Vorstandsmitglied des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes, LV Berlin e.V. Von 1987 bis 1999 war Dr. Huber Präsident der Ärztekammer Berlin. Zwischen 1981 und 1986 war er als Gesundheitsstadtrat von Berlin Wilmersdorf und Kreuzberg tätig. „*Liebe statt Valium*“ und „*Die Gesundheitsrevolution*“ sind seine bekanntesten Publikationen.



Erik Händeler – ist als Buchautor und Zukunftsforscher vor allem Spezialist für die Kondratiefftheorie der langen Strukturzyklen. Nach einem Tageszeitungsvolontariat und einer Tätigkeit als Stadtredeakteur in Ingolstadt studierte er in München Volkswirtschaft und Wirtschaftspolitik.



Ernst Kaiser – Dipl.-Sozialpädagoge, zuständig für das Betriebliche Gesundheitsmanagement bei der SMA Solar Technology AG seit Mai 2010.



Eva Holl – hat Amerikanistik und Interkulturelle Kommunikation studiert. Sie ist ausgebildete TV-Journalistin. Vor ihrem Burn-out arbeitete sie zehn Jahre lang in der Fernsehbranche. Die Certified YogaKids Teacher „CYKT“ unterrichtet in Kindergärten, Schulen und Firmen. Sie führt Teacher Trainings in Deutschland und Haiti durch. Eva setzt yoga-bezogene Charity-Projekte mit ihrem Unternehmen Devayani Yoga um. In Haiti hilft sie ehrenamtlich Kindern mit Yoga ihre posttraumatischen Ängste zu lindern und gibt ihr Wissen an Lehrer vor Ort weiter.



Frank Ziegenbein – Dipl.-Sportlehrer (Rehabilitation/ -Behindertensport) und Geschäftsführer von Lippe-Reha (Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, Rehasport) und Lippe-Aktiv (medizinische Fitness). Er ist mit seinen Einrichtungen in Lemgo, Bad Salzuflen und Detmold vertreten.



Friedel Marksteiner – war erfolgreich als Organisationsberater, Softwareentwickler und Projektmanager tätig. Seit langem ist es ihm ein Anliegen, einem breiteren Publikum die Meditation näher zu bringen und die Bezüge zwischen den Konzepten des Yoga und den geistigen Wurzeln westlicher Kultur aufzuzeigen. Autor des Buches „*Yoga – Die Kunst des Wandels*“.



Prof. Dr. Gudakesha Kurt Becker – Integrativer Yoga Psychologischer Berater (BYVG), Meditationskursleiter (BYVG) und Yogalehrer (BYV). Mitbegründer und Ausbildungsleiter des Yoga Vidya Center Aachen, Hochschullehrer und Organisationsberater im Gesundheitswesen. Er verbindet in seiner Arbeit westliches Wissen mit dem uralten Erfahrungsschatz des Yoga.



Dr. Hans Kugler – hat in Philosophie promoviert. Der Mitinitiator von yogabiz arbeitet seit 25 Jahren in der Erwachsenenbildung und Unternehmensberatung. Seit zehn Jahren unterrichtet er Yoga – nach einem Aufbaustudium an einer indischen Yogauniversität schwerpunktmäßig Business Yoga und Stressmanagement.



Hans-Peter Bayerl – Mitbegründer der Business Yoga-koooperation yogabiz, arbeitet seit 1998 als Kommunikationsberater und Fachjournalist. Ebenso lange praktiziert er Yoga. Seit 2003 ist Hans-Peter Bayerl zudem als Yogalehrer in der Münchener Finanz-, Beratungs-, IT- und Medienbranche tätig. Sein Interessenschwerpunkt gilt den psychosozialen Aspekten von Yoga.



Jürgen T. Knauf – Geschäftsführer von SCOPAR und seit 1994 Unternehmensberater für das Top-Management. Er praktiziert Yoga seit fast 10 Jahren – insbesondere im täglichen Leben. Für ihn sind Spiritualität und der Dreiklang von Körper-Geist-Seele sowie nachhaltiges Denken und Handeln erfolgsbestimmend.



Martin Neumann – Sozialpädagoge, Kommunikationstrainer und Ausbilder für Taijiquan & Qigong. Schüler von Fernando Chedel und Mitglied des Ausschusses für Taijiquan im DDQT. Betreibt eine eigene Schule für Taijiquan & Qigong am DAOzentrum Berlin. Schwerpunkte: Taiji-Talking, Körperstrukturarbeit sowie Beziehung zwischen Taijiquan und dem Alltag.



Prof. Dr. Matthias Knuth – leitete von 2007-2011 die Forschungsabteilung „Entwicklungstrends des Erwerbssystems“ im Institut Arbeit und Qualifikation (IAQ) der Universität Duisburg-Essen, die 2011 umbenannt wurde in "Arbeitsmarkt - Integration - Migration". Seit Juli 2011 forscht er als Mitarbeiter dieser Abteilung unter anderem zum Wandel des Altersübergangs.



Dr. Purnima Elisabeth Kaiser – Leiterin des Yoga-Vidya-Centers München-Unterhaching. Meditationskursleiterin und Hormonyogalehrerin von Dinah Rodrigues persönlich zertifiziert. Die promovierte Diplomkauffrau bekleidete viele Jahre u.a. Leitungsfunktionen in Stab und Vertrieb einer Großbank. Ihre persönliche Yogapraxis umfasst ca. 30 Jahre.



Dr. Rüdiger Dahlke – seit 1979 Arzt und Psychotherapeut, absolvierte er die Zusatzausbildung zum Arzt für Naturheilweisen und bildete sich während des Studiums in Homöopathie weiter. Seine Bücher haben im deutschsprachigen Raum Millionen Menschen erreicht und trugen dazu bei, ein wachsendes Bewusstsein für psychosomatische Zusammenhänge und ganzheitliche Medizin zu schaffen. Sie liegen in über 200 Übersetzungen in 26 Sprachen vor.



Surya Ilona Thelen – Mitarbeiterin bei Yoga Vidya e.V. und Leiterin des Projekts Shanti. Sie vertritt Yoga Vidya in verschiedenen Dachverbänden und ist mit vielen Gesundheitsorganisationen vernetzt.



Shivakami Bretz – Yoga Acharya, Yoga Ausbildungsleiterin seit 1993, Heilpraktikerin (für Psychotherapie), ausgebildet in Hypnose und Gestaltberatung. Sie war lange Jahre im sozialen Bereich tätig, entdeckte dort ihre Freude, Menschen in ihrer körperlichen und geistigen Entwicklung zu unterstützen. Ihr Wissen über Yoga, Meditation und Ayurveda erwarb sie an führenden Schulen in Deutschland und Florida. Shivakami liebt es, Brücken zu bauen zwischen unterschiedlichen Traditionen wie Körperübungen und Selbstreflexion.



Susanne Sirringhaus – Coach, arbeitet sowohl im spirituellen Umfeld als auch im Business-Bereich. Gerade sie weiß, wie nah beide Welten zusammen sind, wo sie sich unterscheiden, wo und wie sie sich misstrauen, wieso sie sich brauchen und warum es kaum einen Unterschied gibt.



Theodor Dierk Petzold – Facharzt für Allgemeinmedizin und NHV, Europ. Cert. f. Psychotherapy ECP, Lehrbeauftragter für Allgemeinmedizin an der MHH, Leitung des Zentrums für Salutogenese, Sprecher Dachverband Salutogenese e.V., Entwickler der „Salutogenen Kommunikation“, Autor zahlreicher Veröffentlichungen sowie Bücher.



Dr. rer. nat. Uma Grahovac – Systemische Paar- und Familientherapeutin und Supervisorin (DGSF), NLP Master und Kommunikationstrainerin (DVNLP) sowie Yogalehrerin und Körpertherapeutin. Neben ihrer Beratungspraxis leitet sie Ausbildungen, die sie mit Fachwissen, Spiritualität und viel echtem Leben immer wieder neu und humorvoll füllt.



Ute C. Gerhard – über 20 Jahre Erfahrung im internationalen Human Resources Management vorrangig in der IT-Branche und Inhaberin der „Inno-Motiv Personal Strategie Beratung“. Zudem ist sie zertifizierter systemischer Coach, Yogalehrerin (BYV), Entspannungskursleiterin (BYVG) und Hormonyogalehrerin (Ausbildung bei Dinah Rodrigues). Einen besonderen Schwerpunkt ihrer Yogaarbeit bildet das Business Yoga.



Dr. Vedamurti Schönert – langjähriger Leiter des Yoga Vidya Center in Köln, Koordinator der Yoga Vidya Stadtzentren sowie der Strategiekommision von Yoga Vidya. Er ist Dipl.-Kaufmann, Lehrbuchautor und seit langer Zeit in der universitären Lehre und Forschung tätig. Vedamurti ist psychologischer Yogatherapeut und ein erfahrener Yoga- sowie Meditationslehrer.



Wolfgang Schürings – betreibt das Unternehmen *raum + LUFT* in Lünen bei Dortmund. Er ist Experte für ökologische und ökonomische Lösungen für Haus und Wohnung, die Kraft und Wohlbefindens fördern.

⚙️ Weitere Angebote

Wer mehr indische Ashramatmosphäre schnuppern will, kann auch zu den täglich stattfindenden spirituellen Programmen im Yogaseminarhaus/Yoga Vidya Ashram in der Chakra-Pyramide reinschauen:

5.00 Homa – indisches Feuerritual (Homa-Raum/Yajna Shala)

6.00 Pranayama

18.20 Puja – indisches Verehrungsritual (Krishna Raum)

19.25 Stotrasingen – Rezitation machtvoller Mantras aus den Veden (Homa-Raum/Yajna Shala)

19.00–20.00 Om Namo Narayana – Mantrasingen für den Weltfrieden (Sivananda Saal)

Fr 19.00 und Sa 12.30 Uhr Führung durch die Ayurveda Oase, Beratung über Anwendungen und Wellnesspakete.

Wer das Yogaseminarhaus noch nicht kennt: Hausführungen in der Chakra-Pyramide am Freitag und Samstag siehe Aushang an der Rezeption.

Wer Stille und Ruhe sucht findet sie im Shivala Retreat-Zentrum:

5.00–6.45 Rezitation, stille Meditation

9.30–10.00 Rezitation machtvoller Heilmantras

12.30–13.00 Führung durch das Shivala Retreat-Zentrum

Hiermit melde ich mich verbindlich an für den

Business Yoga Kongress in Bad Meinberg vom 1.-3.6.2012

Bitte per Post oder Fax an:

Yoga Vidya, Yogaweg 7, 32805 Horn-Bad Meinberg, Fax 05234/87-1875

Anmeldung per E-Mail: rezeption@yoga-vidya.de

Name

Str., Hausnr.

PLZ, Ort

Tel. tagsüber abends

Fax E-Mail

Ich bin Mitglied in BYV, BYVG, BYAT (10 % Ermäßigung)

Ich wünsche Unterbringung im:

EZ MZ DZ zusammen mit

(wenn kein Zimmergefährte/in gefunden werden kann, gilt MZ als gebucht)

Schlafsaal EZ ohne Balkon, Dusche/WC

DZ ohne Balkon, Dusche/WC

Auswärts: Hotel/Pension EZ Hotel/Pension DZ

ohne Unterkunft

Ich nehme nur teilweise teil und zwar am

Ich reise schon am Donnerstag an Ich bleibe bis Montag (Preise S. 4)

Anzahlung (Minimum 25 €)

Restzahlung (fällig bei Überweisung 2 Wochen, bei
Abbuchung 8 Tage vor Seminarbeginn)

Abbuchung von Kto.-Nr.

Kontoinhaber

BLZ

Kreditinstitut

*Wir bitten zur Vereinfachung unserer Buchhaltung um Bankeinzugs-
erlaubnis. Vielen Dank!*

Überweisung auf das Konto des „Yoga Vidya e.V. Bad Meinberg“,
Konto-Nr. 2150078400, BLZ 47260121, Volksbank Paderborn-Höxter-
Detmold e.G. Bitte unbedingt das Seminar und Seminardatum auf Überwei-
sungsträger schreiben. Beleg bitte mitbringen.

.....
Ort, Datum, Unterschrift

Rücktritt und Rückzahlung bis 2 Wochen vor Kongressbeginn 25 € Stornoge-
bühr. Rücktritt und Rückzahlung bei weniger als 2 Wochen bis zum Kongress-
beginn 50% Rückerstattung. Umbuchungen und Gutschriften bis 2 Wochen
vor Kongressbeginn kostenlos. Umbuchungen bei weniger als 2 Wochen bis
zum Kongressbeginn oder Rücktritt mit Gutschrift: 15 € Bearbeitungsgebühr.