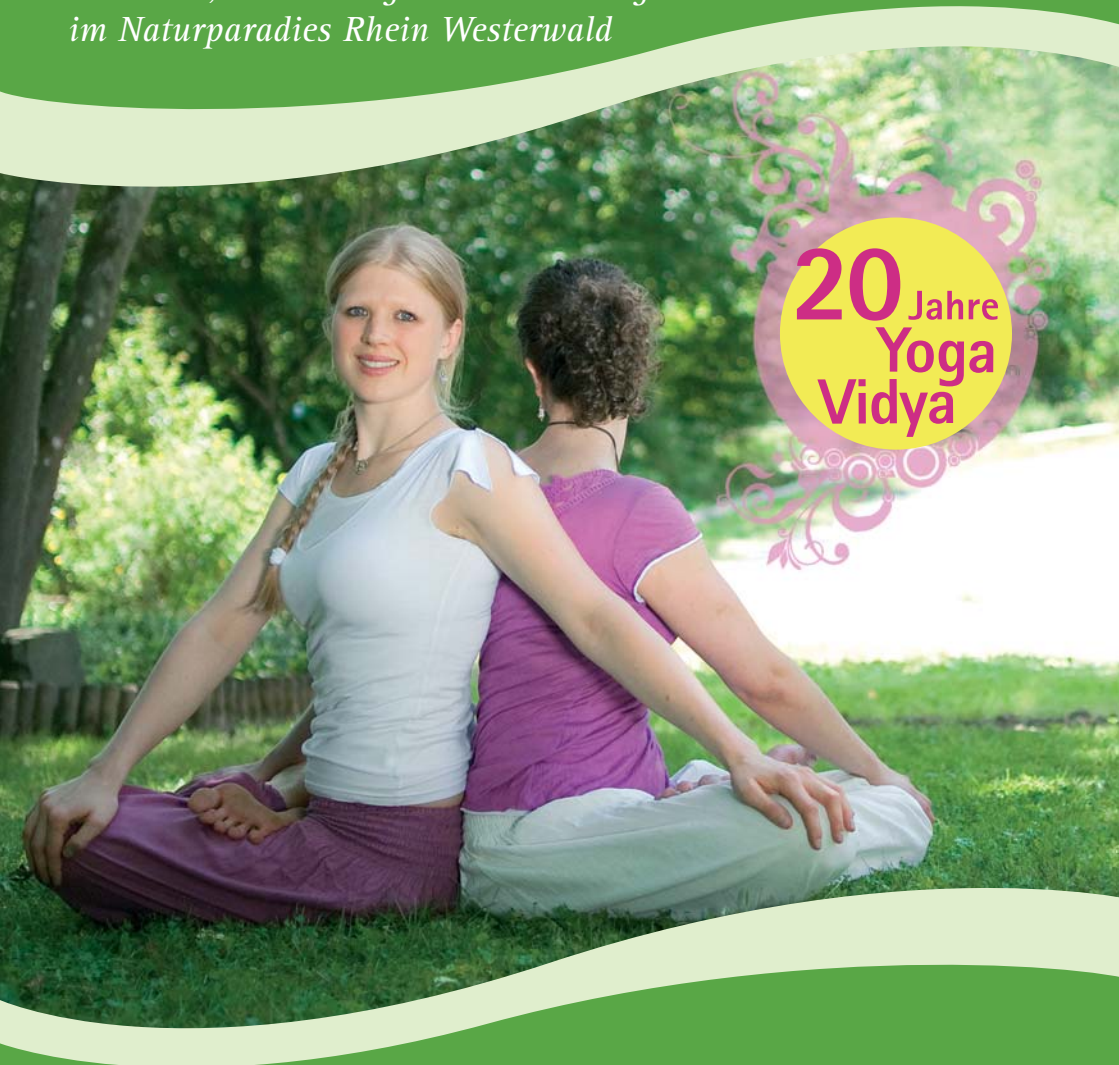


Yoga Vidya *Westerwald*

*Seminare, Ausbildungen und Erholung
im Naturparadies Rhein Westerwald*



Programmauszug Seminarhaus Westerwald 2012

YOGA
Vidya

Willkommen bei Yoga Vidya Westerwald!

Liebe Yogafreundin, lieber Yogafreund,

in den jetzt 15 Jahren seines Bestehens hat das Yoga Vidya Seminarhaus im Westerwald immer mehr an Attraktivität gewonnen. Das Haus bezaubert durch seine wundervolle Alleinlage mitten im Naturparadies Rhein-Westerwald. Ein Kraftort mitten im Grünen, voller Natur und meditativer Stille.

Das Leben ist Veränderung – und so haben sich das Gesicht wie auch die Gesichter des Hauses im letzten Jahr wieder verändert. Viele Gäste nehmen daher diesen Platz immer wieder neu wahr: als einen Ort, an dem man Yoga in einer freudvollen und familiären Atmosphäre entdecken, vertiefen und leben kann.

Auch in unserem Programm findet eine sanfte Entwicklung statt. Neben der traditionellen Bedeutung des Hauses für die verschiedenen Ausbildungen wollen wir seine perfekte Lage nutzen, um mehr und mehr Seminare mit Retreat-Charakter anzubieten. Tage, um tief einzutauchen und inmitten der friedlichen Natur die Stille im Inneren zu entdecken. Als begleitenden Schritt in diese Richtung haben wir wieder etliche inspirierende Lehrer für das Jahr 2012 gewinnen können.

Schau' doch einfach mal (wieder) vorbei! Genieße bei uns deine Yoga Ferien, erhalte neue Ideen und Impulse durch ein Seminar, oder entwickle dich durch eine Ausbildung weiter. Wir freuen uns auf deinen Besuch!



Om Shanti
Maheshwara

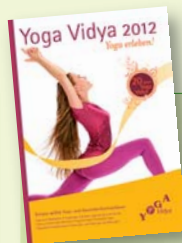
*Leiter des Seminarhauses
Yoga Vidya Westerwald*



Yoga Vidya Westerwald
02685/8002-0

Buchen und anmelden:

Wir beraten dich gern!
Täglich von Mo-So,
8-20 Uhr



**Die vorliegende
Broschüre ist ein
Auszug aus unserem
Gesamangebot!**

*Für das ausführliche Programm bitte unseren
Seminarkatalog anfordern oder reinschauen
unter: www.yoga-vidya.de/seminar*

Was macht deinen Aufenthalt in einem Yoga Vidya Seminarhaus zu einem so unvergesslichen Erlebnis?



Ganzheitlicher Yoga

Bei Yoga Vidya leben und vermitteln wir den klassischen ganzheitlichen Yoga und Ayurveda. Daher gehören täglich mindestens eine Yogastunde, morgens und abends Meditation und Mantra-Singen sowie Vorträge zum Standardprogramm.



Umweltbewusst

Wir haben eine vegetarisch-biologische Vollwertverpflegung. Putz und Waschmittel sind aus 100% natürlichen Rohstoffen, bei Drucksachen und auch Toilettenpapier nutzen wir Recyclingprodukte.



Besondere Atmosphäre

Du erlebst indische Ashramatmosphäre, sinnvoll auf westliche Bedürfnisse angepasst, in Europas größten Yoga und Ayurveda Seminarhäusern. Gut strukturierter und organisierter Tagesablauf für optimales Lernen. Hier wird Yoga gelebt und gelehrt.



Günstige Pauschalpreise

Wir sind ein gemeinnütziger Verein mit dem Ziel Yoga zu verbreiten - deshalb können wir das gesamte Yoga-Seminar- und Ausbildungsprogramm, die Unterkunft und Verpflegung zu sehr günstigen Konditionen anbieten.



Kinderbetreuung

Gibt es bei uns auf Anfrage auch außerhalb der Kinderseminare, so dass du auch als Alleinerziehende/r oder mit der ganzen Familie dein Seminar oder deine Ausbildung entspannt genießen kannst.

www.westerwald.yoga-vidya.de

Yoga Vidya Westerwald	4
Jubiläum Tag der offenen Tür + Anreise	5
Freizeitangebote + Tagesablauf	6
Unsere Seminarleiter/innen	7
Yoga und Meditation Einführung	8
Yoga für Kinder, Jugendliche, Familien	9
Yoga Ferien und Individualgäste	10
Asana Spezial	12
Kundalini Yoga	14
Musik und Tanz	15
Seminar-Highlights	17
Ausbildungen	24
Yogalehrer/innen Ausbildungen	26
Ayurveda Ausbildungen	28
Teilnahmebedingungen/Broschüren	30
Anmeldeformular	31

Abkürzungen

WW: Westerwald, MZ: Mehrbettzimmer,
DZ: Doppelzimmer, EZ: Einzelzimmer,
Z: Zelt, Womo: Wohnmobil



Yoga im Naturparadies Rhein Westerwald

Das ruhig und idyllisch gelegene Seminarhaus bietet die ideale Umgebung, um zu entspannen und neue Kraft zu tanken.

Du kannst zu neuen Erkenntnissen gelangen, Zugang zur eigenen Intuition und Kreativität finden und deine innere Quelle von Inspiration und Glück wieder entdecken. Das Haus liegt idyllisch im Grenzachtal, umgeben von Wäldern und Wiesen. In der kraftvollen Ruhe der Natur kannst du eine intensive Yogapraxis mit Erholung verbinden. Auch außerhalb der Seminare finden täglich zwei Meditationen mit Mantra-Singen und eine Yogastunde statt. Zum Seminarhaus gehören mehrere Yoga- und Vortragsräume, ein Aufenthaltsraum mit Präsenzbibliothek, viel Land mit Wiesen und ein großer Garten mit lauschigen Plätzen und einem Spielplatz für Kinder. Liebevolle Details in der Innengestaltung machen den besonderen Charme aus.

Im Sommer können bei schönem Wetter die Yogastunden, Meditationen, Vorträge/Workshops und die Mahlzeiten auch auf einer großen Wiese vor dem Haus oder auf der Sonnenterrasse stattfinden. Für die kühle Jahreszeit gibt es einen gemütlichen

Wintergarten. In der Boutique lädt ein Kamin zum Verweilen ein. Den ganzen Tag werden kostenlos Getränke (Tee und heißes Wasser) an der Tee-Bar sowie energetisch aufbereitetes Wasser an der H₂Om Bar für unsere Seminarteilnehmer und Gäste bereitgestellt. Ein Team von 30 erfahrenen Mitarbeitern leitet mit viel Herz die etwa 500 Seminare im Jahr.

Unterbringung

Die Zimmer sind einfach, aber schön und individuell gestaltet. Wir verwenden bevorzugt ökologische Wandfarben und Baumaterialien. Es gibt Einzelzimmer, Doppelzimmer und Mehrbettzimmer. Fast alle Zimmer haben Waschbecken. Bäder bzw. Duschen befinden sich auf den Etagen. Zelten auf der grünen Wiese direkt am klaren, plätschernden Grenzbach bringt dich der Natur noch näher. Standplätze für Wohnmobile sind auch vorhanden.



17.5. Jubiläum Tag der offenen Tür

20 Jahre Yoga Vidya, 15 Jahre Yoga Vidya Westerwald

Mit großartigem Festprogramm ab 9 bis 22 Uhr!

Zum unverbindlichen Kennenlernen. Yogastunden für Anfänger und Mittelstufe, Yogavorführung, Einführung in Yoga, Meditation, Mantra-Singen. Leckeres Vollwertbuffet.

20 Jahre
Yoga
Vidya

Besonderes Highlight zum 20-jährigen Jubiläum:

Eine Maxi-Yogastunde ab 10.00 bis 16.40 Uhr, wo jede einzelne wesentliche Yogaübung 20 Minuten lang geübt wird!!!

Zum Beginn von jedem neuen 20-Minuten-Teil können andere Teilnehmer dazu stoßen. Anfänger können dabei z.B. von 10-11.40 eine Yogastunde mitmachen, Fortgeschrittene von 11.40-15.40 Uhr eine sehr lange Yogastunde, spirituell orientierte können von 15.40-16.40 Uhr an Meditation, Kirtan- und Mantra-Singen teilnehmen. Einige Teilnehmer werden vielleicht die ganzen 400 Minuten (knapp 7 Stunden) dabei sein.

Alles kostenlos. Bitte vorher anmelden.

Änderungen vorbehalten.

Wenn du noch eine Nacht länger bleiben möchtest und am nächsten Tag an Meditation, Mantra-Singen, Yogastunde und Brunch teilnimmst, zahlst du: MZ 45 €, DZ 60 €, EZ 75 €, S/Womo 34 €.

Programm:

- 09.15 - 09.45 Uhr Begrüßung
- 09.55 - 18.15 Uhr Kinderbetreuung
- 10.00 - 11.50 Uhr Sanfte Mittelstufe
- 10.00 - 12.10 Uhr Fordernde Mittelstufe
- 11.30 - 13.00 Uhr Vollwert-Bufferet
- 12.30 - 13.30 Uhr Hausführungen/Gartenführung
- 13.30 - 14.40 Uhr Infovortrag YLA
- 13.30 - 14.40 Uhr Vorführung: Yoga und die Wirkungen der Asanas
- 15.00 - 15.30 Uhr Information zu Abendstunden und offenen Stunden
- 15.00 - 15.45 Uhr Einführung in die Meditation
- 16.45 - 18.10 Uhr Yogastunde Anfänger, Sanfte Mittelstufe, Mittelstufe
- 17.50 - 19.30 Uhr Vollwert-Bufferet
- 19.00 - 19.45 Uhr Einführung in das Mantra-Singen
- 19.00 - 19.45 Uhr Einführung ins Ayurveda
- 20.00 - 22.00 Uhr Großes Mantra-Mitsing-Konzert

Anreise: Das Seminarhaus Yoga Vidya liegt im südwestlichen Teil des Westerwalds zwischen Neuwied und Altenkirchen, 5 km von der A3 und 3 km vom Luftkurort Horhausen entfernt.

Mit dem Auto sind es etwa 75 Minuten von Frankfurt, 60 Minuten von Wiesbaden oder Köln, 45 Minuten von Koblenz oder Bonn.

Anreise mit Bahn und Bus: Zug bis Bahnhof Neuwied – von dort weiter mit Bus 101 bis Haltestelle Kardinal -Höfner-Platz in Horhausen. Von dort kostenlose Abholung. Bitte 1 Tag vorher anmelden.

Anreise mit Bahn und Taxi: Zug bis Bahnhof Montabaur (ICE) oder Neuwied. Weiter mit „Taxi Neustadt“ (Tel.: 026 83/94 38 73, Mobil: 0179/707 87 69) zum Festpreis von 48 €. Bei gleichzeitigem Buchen für Hin- und Rückfahrt nur 86 €. Bei Vorlage der Taxi-Quittung beteiligt sich Yoga Vidya mit einem Seminargutschein in Höhe von 28 € bzw. 48 € mit einer Gültigkeit von 2 Jahren.



Nutze auch unsere Mitfahrbörse:
www.yoga-vidya.de/mitfahren

Freizeitangebote

Satte Wiesen, grüne Wälder, duftender Wind: so erlebt und genießt man den Westerwald. Das Grenzbachtal lädt auf einer Strecke von ca. 12 km zu vielen Aktivitäten ein.

So führen der Radwanderweg „Puderbacher Land“ und der Nordic-Walking-Park der Verbandsgemeinden Puderbach und Flammersfeld durch das schöne Tal.

Der neue Westerwaldsteig läuft direkt am Haus vorbei und bietet für Wanderfreunde interessante Teilstrecken.

Im Grenzbachtal wurde im Zuge einer umfangreichen Renaturierung die ursprüngliche heimische Vegetation mit Auenwäldern und Weidegebieten wieder hergestellt. Dazu gehören auch die langhaarigen Heck- und Galloway Rinder.

Etwa eine $\frac{3}{4}$ Stunde entfernt, am Zusammenfluss von Rhein und Mosel, liegt eine der schönsten und ältesten Städte Deutschlands: Koblenz.

Eine halbe Autostunde vom Seminarhaus liegt Limburg mit seinem berühmten Dom.

Die Sauna- und Schwimmbadlandschaft „monte mare“ in Rengsdorf (20 Automin.) ist bei unseren Teilnehmern als zusätzliche Freizeitattraktion zum Entspannen und Regenerieren sehr beliebt. Highlight im Saunabereich ist der terrassenartig angelegte Außengarten.



Das Buffet ist hier immer besonderes farbenfroh und köstlich!



Ein typischer Yoga Vidya Seminartag

- 7.00 Uhr (bei Intensiv-Seminaren 6 Uhr) Meditation, Mantra-Singen, Lesung
- 8.15 Uhr Vortrag
- 9.15 Uhr Yogastunde
- 11.00 Uhr Brunch
- 14.30 Uhr Workshop/Vortrag
- 16.15 Uhr Yogastunde
- 18.00 Uhr Abendessen
- 20.00 Uhr Meditation, Mantra-Singen, Lesung

Preise: Alle Preise sind Pauschalpreise, inklusive Seminar-, Ausbildungs- oder Wellnessprogramm, Unterkunft und vegetarische Vollwertverpflegung.

Seminarbeginn/Anreisetag: Die Anreise ist ab 13 bis spät. 19 Uhr möglich. Die Zimmer sind ab 15 Uhr beziehbar, 16.30 Uhr Ankommens-Yogastunde, 18 Abendessen, 20 Uhr eigentlicher Seminarbeginn mit Meditation, Mantra-Singen, Vorstellungsrunde, Vortrag.

Seminarende: Bei Wochenend- und Kurzseminaren ca. 15.00 Uhr, sonst nach dem Brunch um ca. 12 Uhr.

Hauptunterrichtende Mitarbeiter:



Maheshwara Illgen – Leiter des Hauses Yoga Westerwald, Yoga Vidya Acharya, Meditationslehrer und langjähriger Ausbilder von Yogalehrern. Sein besonderes Interesse gilt der Meditation und dem Weg der Selbsterkenntnis (Vedanta). Maheshwara ist Dipl.-Informatiker und Dipl.-Wirtschaftsinformatiker und war lange im kaufmännischen Bereich und in der Wirtschaftsprüfung/Unternehmensberatung tätig.

Alphabetisch nach Vornamen:



André Friedrichs – Yogalehrer (BYV), kam 2004 zum Yoga, unterrichtet seit 2009 mit viel Freude und Elan Hatha Yoga und gibt dir den Raum, in einer entspannten, konzentrierten Atmosphäre in deine Praxis einzutauchen.



Antaryoti Lorenz – Yogalehrerin (BYV). *„In Liebe, Stille, Geduld und gegenseitigem Austausch finden Fragen ihre Antworten. An diesem Ort kann geistiges, seelisches und körperliches Wachstum stattfinden.“*



Devapriya Eschler – Yogalehrerin (BYV), Entspannungstherapeutin.



Elke Steinmair – Yogalehrerin (BYV), Dipl. Krankenschwester, geprüfte Wanderführerin, vermittelt gerne die Einfachheit und Schönheit des Lebens.



Heidi Karl – *„Ein Rückenleiden hat sich für mich nach Yoga aufgelöst. Dies hat mich dazu bewegt, Geist und Seele auf die Suche zu schicken.“* Sie ist Yogalehrerin und unterstützt das Küchenteam.



Jyotirmaya Pebler – Ökotrophologin, Yogalehrerin. *„In Indien habe ich Yoga kennen und lieben gelernt. Hier in der Gemeinschaft kann ich es leben und teilen.“*



Kai Tegtmeyer – Yogalehrer, Heilpraktiker und Ayurveda Therapeut; *„Yoga und Ayurveda sind für mich genauso wichtige Themen wie Naturheilkunde und gesunde Ernährung.“*



Michaela Hold – Yogalehrerin (BYV), geprüfte Familienstellerin, Entspannungskursleiterin, Reikimeisterin/Lehrerin, Coach, Masseurin.



Sigurd Ruhrmann – Yogalehrer seit 2009, gelernter Schreiner und Buchhändler, praktiziert Thai-Yoga- und Tibetische Klangschalenmassage. Er ist naturverbunden und Freund aller Wesen.



Surya Verena Schmidt – Yogalehrerin (BYV). Sie unterrichtet mit sehr viel Einfühlungsvermögen, Freundlichkeit und Verständnis und trägt die Sonne im Herzen.



Thomas Braun – Yogalehrer. Arbeitet im Bauteam und absolviere nebenbei die zweijährige Yogalehrer-Ausbildung.



Uma Balic – Yogalehrerin (BYV), eine singende Yogalehrerin (BYD), die den Yogaunterricht facettenreich mit viel Bhakti gestaltet. Yoga ist ein Weg, der dich mit deinem wahren inneren Kern in Kontakt bringt und „wiedervereinigt.“

Der
Basiskurs für
Einsteiger



Für Zuhause:
eine Schautafel gratis
mit allen Übungen.
Entspannung pur...



Yoga und Meditation Einführung

Der Basiskurs für Einsteiger, die Yoga und Meditation in all ihren Aspekten kennenlernen wollen.

Erfahre spürbar mehr Kraft, Flexibilität und Gelassenheit durch Yogastunden, Atem- und Entspannungstechniken. Erlebe die harmonisierende Wirkung von Meditation und Mantrasingen.

Spannende Vorträge über die Yogaphilosophie geben viele Anregungen für eine Umsetzung im Alltag. Ein Erlebnis, das lange Zeit nachwirkt. Mindestens 2 Mal im Monat finden Einführungsseminare statt.

www.yoga-vidya.de/yogaundmeditation

Preise:

Fr-So MZ 117 €, DZ 146 €, EZ 176 €, Z/S/Womo 94 €
5 Tage MZ 262 €, DZ 334 €, EZ 409 €, Z/S/Womo 204 €

Weiterführendes Seminar:

Yoga und Meditation Mittelstufe



Tieferes Einsteigen in die 6 Yogawege: Positives Denken im Alltag. Überwinden von Hindernissen in der Meditation. Kriyas (Reinigungstechniken). Astral-, Kausalkörper.

Termine: 1.-6.1., 25.-30.11.

So-Fr: MZ 283 €, DZ 355 €, EZ 430 €, Z/S/Womo 225 €

Offene Stunden

Die **Yogastunden** finden täglich i.d.R. um 9.15 und 16.15 Uhr statt, bitte vorher anrufen und erkundigen. Wer mag, kann gerne zum Essen bleiben.

Das beliebte **Bio-Vollwertbuffet** enthält eine Auswahl an warmen und kalten Speisen. Kosten: 7 €.

Zusätzliche Abendstunden für Berufstätige:

Anfänger/Sanfte Mittelstufe: Montags 19 Uhr

Mittelstufe: Mittwochs 19 Uhr

Dauer: ca. 105 Minuten

Kosten pro Yogastunde: 9 €

Kosten für eine 10er-Karte: 65 €

Yoga für Kinder, Jugendliche, Familien

Yoga macht Kindern Spass, fördert Konzentration und Selbstbewusstsein.

Atemübungen unterstützen das richtige Atmen, Singen von Liedern aus aller Welt die sprachliche Ausdruckskraft. Zu jedem Seminar gehören Yoga, Meditation und Entspannung – jeweils dem Alter der Kinder angepasst.

www.yoga-vidya.de/kinderundfamilie

Yoga für Kinder 7-12

Gerade Kindern macht Yoga besonders viel Spaß! Spielen, kreatives Gestalten, Singen, Abenteuer, Yogastunden, Meditation.

28.5.-1.6., Mo.-Fr.:

MZ 126 €, DZ 155 €, S/Z/Womo 89 €

8.-13.7., 15.-20.7., 12.-17.8., 26.-31.8., 7.-12.10.,

30.12.12-4.1.13, So.-Fr.:

MZ 138 €, DZ 167 €, S/Z/Womo 101 €

26.-30.12., Mi.-So.:

MZ 138 €, DZ 167 €, S/Z/Womo 101 €



Ahimsa-Training für Kinder

„Wenn wir wahren Frieden in der Welt erlangen wollen, müssen wir bei den Kindern anfangen“
(Mahatma Gandhi)

Besonders im Kindesalter ist Gewalt immer wieder Thema. An diesem Wochenende üben die Kinder ihre Ängste zu überwinden und bekommen die Mittel an die Hand die sie für ein gewaltloses Miteinander brauchen.

5.-7.10., MZ 75 €, DZ 90 €, S/Z/Womo 57 €

Yoga für Jugendliche

Lust auf Yoga, viel Lachen, Spaß und Abenteuer? Dann bist du hier richtig. Wir lernen Yogaübungen und Meditationstechniken, machen Spiele, singen und quatschen. Vielleicht machen wir eine Nachtwanderung, ein Lagerfeuer oder gehen schwimmen. Auf jeden Fall gibt es keine Langeweile. Komm vorbei und bring deine Freunde mit. Dann haben wir viel Spaß und werden fit. Ab 13 Jahre.

2.-4.3., 12.-14.10.: MZ 79 €, DZ 90 €, S/Z/Womo 57 €

26.-30.12.: MZ 138 €, DZ 167 €, S/Z/Womo 101 €

Yoga Familienwoche

Yoga und Meditation für die ganze Familie. Mit separaten Yogastunden für Kinder und Erwachsene sowie Kinderbetreuung. 20 % Ermäßigung für den 2. Erwachsenen. Kinder bis 3 Jahre kostenlos (ohne Betreuung). Wenn das Kind betreut werden soll, bitte 2 Wochen vorher nachfragen. Zusatzkosten bei Betreuung durch Mitarbeiter während der Yogastunden und Workshops 25 € pro Tag.).

8.-13.4., 8.-13.7., 15.-20.7., 12.-17.8., 7.-12.10.

MZ 283 €, DZ 355 €, EZ 430 €, S/Z/Womo 225 €

Kinderbetreuung

Kinderbetreuung ist auch außerhalb der Kinderseminare auf Anfrage fast immer möglich. Bitte spätestens 2 Wochen vorher nachfragen.

Kinderbetreuungspreise pro Tag:

Während 1 Yogastunde: 8 €

Während 2 Yogastunden: 16 €

Während Yogastunden und Vorträgen: 25 €

Ganztags: 70 €

Yogaferien *Erholen und Energie tanken...*

Yoga Ferienwoche

Eine Woche zum Aufladen, Regenerieren und Verwöhnen. Allein, zu zweit oder mit der ganzen Familie. Täglich Yoga, Meditation und interessante Vorträge aus der Yoga-Philosophie. Das Freizeitprogramm umfasst Spaziergänge und Ausflüge in die Wälder und Wiesen der Umgebung. Beim Massage-Workshop lernst du einfache Griffe für körperliches und seelisches Wohlbefinden. Fast jede Woche.

So.-Fr.:

MZ 283 €, DZ 355 €, EZ 430 €, S/Z/Womo 225 €

Mo.-Fr.:

MZ 226 €, DZ 284 €, EZ 344 €, S/Z/Womo 180 €

Mi.-So.:

MZ 239 €, DZ 297 €, EZ 357 €, S/Z/Womo 193 €

www.yoga-vidya.de/yogaferien



Individuelle Yogaferien*

Du genießt täglich Meditation, Mantra-Singen, Yogastunden, vegetarische Vollwertkost, und kannst auch unsere kostenlosen Programme vom Haus nutzen, wie z.B.: Pranayama (Atemübungen), geführte Spaziergänge und Vorträge. Um die besondere Atmosphäre dieser Kraftorte aufrecht zu erhalten, erwarten wir auch von unseren individuellen Feriengästen die Teilnahme an den Meditationen, Yogastunden und Vorträgen. Ansonsten einfach nur die Seele baumeln lassen und dich in der Ruhe und Abgeschiedenheit erholen.

*Voraussetzung für individuelle Yogaferien im Westerwald ist die vorherige Teilnahme an mindestens einem Seminar bei Yoga Vidya.

Yoga und Wandern

Tanke Kraft und Erholung bei ausgedehnten Wanderungen in der wunderschönen Natur! Und täglich einer Yogastunde, sowie morgens und abends Meditation. 24.-29.6., 2.-7.9., 7.-12.10.

MZ 283 €, DZ 355 €, EZ 430 €, S/Z/Womo 225 €

Yoga Wohlfühlwoche

Fünf Tage zum Aufladen, Regenerieren und Verwöhnen. Mit Yoga, Meditation, Massage-Workshop, Spaziergängen, Ausflügen und Vorträgen.

1.-6.1., 11.-16.3., 4.-9.11.

MZ 283 €, DZ 355 €, EZ 430 €, S/Z/Womo 225 €

Preise Individualgäste

Fr.-So. pauschal:

MZ 102,50 €; DZ 131,50 €; EZ 161,50 €;

Z/S/Womo 79,50 €

So.-Fr. pro Tag:

MZ 45 €; DZ 59,50 €; EZ 74,50 €;

Z/S/Womo 33,50 €

Frühjahrsentschlackung mit Ayurveda

Im Laufe der Zeit bilden sich im Körper durch Ernährung und Umwelteinflüsse „Schlackenstoffe“. Der Entgiftungsprozess im Körper wird angeregt, um diese „Schlacken“ auszuschleiden. Bestimmung des ayurvedischen Konstitutionstyps, ayurvedische Ölmassage-workshops, vollwertige Bio-Mahlzeiten, Yoga, Meditation und Mantrasingen runden diese Reinigungstage ab. 29.4.-4.5.

MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z/Womo 278 €



*Kombiniere die Yogaferien mit einem Seminar deiner Wahl.
Hier haben wir dir ein paar Anregungen zusammengestellt.*

Yoga und Wildkräuterwandern



Erschau die Natur mit neuen Augen und entdecke auch die kleinen Schönheiten am Wegesrand. Unsere Wanderungen führen uns in eine erweiterte Wahrnehmung unserer Welt. Wir kommen spielerisch in Kontakt mit uns und der uns umgebenden Natur. Für alle Naturfreunde, die Lust und Offenheit für neue Eindrücke mitbringen.

15.-20.4

MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z/Womo 278 €.

Yoga und Winterwandern

Tanke Kraft und Erholung bei ausgedehnten Wanderungen in wunderschöner Winterlandschaft. Täglich eine Yogastunde wärmt und entspannt dich von innen, und Meditation und Mantra-Singen verbinden die Eindrücke aus der Natur mit deiner eigenen Stille.

5.-10.2.

MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z 278 €

Familienaufstellen und Yoga

Folge der Bewegung deines Herzens und löse dich von alten Problemen, Blockaden, Verhaltensweisen oder Mustern, die dich daran hindern, ein erfülltes und glückliches Leben zu führen. Durch verschiedene Elemente des Familienstellens, freier Aufstellungen, Seelenbewegungen, Symptom-/Strukturaufstellung hast du die Möglichkeit, den wahren Hintergrund deiner Themen anzuschauen und loszulassen.

15.-20.4.

MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z 278 €.

XXL – Yoga für die starke Frau

Erlebe, wie du dich mit einfachen Yogaübungen stärken kannst und mehr Beweglichkeit in deinen Alltag bringst. Du erlebst deinen Körper und dich selbst mit einer neuen, erweiterten Wahrnehmung. Dein Selbstvertrauen wird gefördert. Mit Spaß und Kompetenz aus eigener Erfahrung hilft dir Michaela in einem geschützten Rahmen, über dich hinauszuwachsen.

11.-14.3., 2.-5.9.

MZ 201 €, DZ 245 €, EZ 290 €, S/Z 167 €.

Für alle, die intensiv üben wollen. Ein Durchbrucherlebnis für deine Yogapraxis. Für Fortgeschrittene und die, die es werden wollen.

In den Asana Spezial Seminaren kannst du Yoga in 5 verschiedenen Stilen üben: Intensiv und sportlich, als Bodywork mit Partner, meditativ und gelassen, spiraldynamisch oder ganz im „Flow“.

Die Übergänge der Stile sind fließend und so ist jedes Seminar mit seinen Schwerpunkten etwas ganz Besonderes. Erlebe die einmalige Vielfalt von Hatha Yoga Seminaren!



Asana Intensiv

Ein Durchbrucherlebnis für deine Yoga-Praxis! Intensives Arbeiten an den Asanas. Lerne mal spielerisch und entspannt, mal konzentriert und systematisch, fortgeschrittene Asanas. Techniken und Tricks zur Erhöhung von Flexibilität, Koordination, Ausdauer und Kraft. Täglich 4-6 Stunden Asanas, ergänzt durch Meditation und Mantra-Singen. Mittelstufe und Fortgeschrittene.

29.1.-1.2., 22.-25.4., 30.9.-3.10., 4.-7.11., 2.-5.12.:

MZ 170 €, DZ 213 €, EZ 258 €, S/Z/Womo 135 €

22.-24.2.: MZ 113 €, DZ 142 €, EZ 172 €, S/Z/W 90 €

25.-28.5.: MZ 182 €, DZ 226 €, EZ 271 €, S/Z/W 148 €

25.-30.3., 26.-31.8., 4.-9.11.:

MZ 283 €, DZ 355 €, EZ 430 €, S/Z/Womo 225 €

Asanas spiraldynamisch

Erlebe ein durchströmendes Körpergefühl in Asanas und Meditation unter Einbeziehung von dreidimensionalen spiraldynamischen Bewegungsprinzipien. Du lernst spiralförmige Kräfte der Natur auf deinen Körper zu übertragen, exakt und fein das natürliche Bewegungspotential zu nutzen und große Fortschritte in Asanas, Energiedurchlässigkeit und mentaler Kraft zu machen. Ein Durchbruch in deiner Bewegungsfreiheit und Öffnen der Chakras.

18.-20.5.: MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/W 133 €

Asana-Intensiv-Meditativ

Für Fortgeschrittene und solche, die es werden wollen. Langes Halten der Stellungen, verbunden mit Achtsamkeit und Konzentration, ermöglicht die Energie im Körper zu sublimieren und durch die Chakren (Energiezentren) nach oben zu führen.

16.-18.3., 15.-17.6., 27.-29.7.

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/W 133 €

Asana intensiv – Die 84 Hauptasanas

Erweitere deine Yogapraxis um die Übungsreihe der 84 Hauptasanas. Diese werden in den alten Überlieferungen als besonders wirksam für den Menschen empfohlen. Es heißt, es gibt insgesamt 84.000 Yogastellungen! In diesem Praxisseminar lernst und übst du die wichtigsten 84 davon.

22.-24.6. MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/W 133 €

Asana Exakt

Genaueres Erklären, Praktizieren und Korrigieren der Asanas. Staune über die Erfahrungen, die du durch einfache jedoch sehr bewusste Schritte machen kannst. Erlebe, wie kleine Unterschiede enorme Auswirkungen haben können. Mit vielen neuen Inspirationen kannst du deine eigene Praxis neu beleben und verfeinern. Täglich 4-6 Stunden Asanas, ergänzt durch Meditation und Mantra-Singen.

6.-8.7.: MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/W 133 €

Intensiv praktizieren mit Narayani

Asana Intensiv mit Narayani

Intensives Arbeiten an den Asanas, ergänzt durch inspirierende Vorträge und Meditationen. Narayani Unterrichtsweise hat etwas fast Magisches: Auf spielerische Weise, ohne große Anstrengung, lernst du die schwierigsten Variationen und bist selbst verblüfft, was alles geht. Aufgrund ihrer langen und intensiven Asana-Praxis und mehr als 40-jährigen Unterrichtserfahrung hat Narayani sehr gute Tipps für deine Praxis. Ihre sanfte, ruhige und freudvolle Persönlichkeit ist einfach eine Inspiration. Wenig Theorie, dafür umso längere Asana-Stunden.

29.4.-4.5.

MZ 435 €, DZ 508 €, EZ 583 €, S/Z/Womo 378 €



Yoga Bodywork Asana Intensiv

Intensives Arbeiten an den Asanas. Techniken und Tricks zur Erhöhung von Flexibilität, Koordination, Ausdauer und Kraft. Ein Durchbruchserlebnis für deine Yoga-Praxis. Gegenseitiges Helfen verhilft dir spielend und entspannt auch in fortgeschrittene Asanas. Für Paare und Einzelpersonen geeignet. Vorkenntnisse in Yoga und Meditation erforderlich. Täglich 4-6 Stunden Asanas, ergänzt durch Meditation und Mantra-Singen.

11.-13.4

MZ 113 €, DZ 142 €, EZ 172 €, S/Z/Womo 90 €

Asana Flow

Asana Flow ist ein fließender Hatha-Yoga-Stil. Getragen vom natürlichen Atemrhythmus werden Asanas auf harmonische Weise miteinander verbunden - mal langsam und besinnlich, mal dynamisch und kraftvoll. Pranayama, Bandhas, Klänge und Mantras, aber auch tänzerische Elemente helfen dir, die Lebensenergie zu aktivieren und auszudrücken. Mittelstufe und Fortgeschrittene.

5.-7.10.

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €



Kundalini Yoga *Entfalte dein volles Potential*

Kundalini Yoga ist die Wissenschaft von der Erweckung des schlafenden Potentials im Menschen. Der Schlüssel zur vollen Entfaltung ist die Erweckung der Kundalini. In unseren Kundalini Yoga Seminaren lernst du systematisch deinen feinstofflichen Körper zu reinigen und zu kräftigen.

www.yoga-vidya.de/kundalini

Kundalini Yoga Einführung

Gründliche Einführung in Theorie und Praxis des Kundalini Yoga. Vorträge und Workshops zu verschiedenen Themen. In der Praxis: Pranayama, einfache Variationen von Bandhas, Mantras, Energie-Meditationen und Asanas in Verbindung mit besonderen Energietechniken. Zur Erhöhung deines Energieniveaus, zur Reinigung deines Astralkörpers und zur Erweiterung deines Bewusstseins.

20.-22.1., 9.-11.3., 20.-22.7., 21.-23.12.:

MZ 126 €, DZ 155 €, EZ 185 €, S/Z/Womo 103 €

28.-31.10.: MZ 170 €, DZ 213 €, EZ 258 €, S/Z/W 135 €

Kundalini Yoga Mittelstufe

Intensives Seminar zur Erweckung der inneren Energie, Erweiterung des Bewusstseins und Entfaltung des vollen Potentials. Asanas: längeres Halten, spezielle Atem- und Konzentrationstechniken, fortgeschrittenere Variationen. Fortgeschrittenere machtvollere Pranayama Techniken. Bandhas und Mudras. Mantras, Yantras, Arati, Kriyas. Kundalini Meditations- und Tiefenentspannungstechniken. Faszinierende Workshops und Vorträge.

17.-19.2., 4.-6.5., 11.-13.5., 1.-3.6., 22.-24.6.:

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €

3.-5.10.: MZ 134 €, DZ 163 €, EZ 193 €, S/Z/W 111 €

27.-29.7.: MZ 149 €, DZ 177 €, EZ 205 €, S/Z/W 127 €

Kundalini Yoga Fortgeschrittene

Intensives Praktizieren der im Mittelstufen-Seminar gelernten Übungen für noch tiefere Erfahrung und Erweiterung des Bewusstseins zusammen mit weiterführender Theorie: Behandlung und Besprechung von ausgewählten Teilen der Hatha Yoga Pradipika. Praxis: Asanas mit längerem Halten, Bija-Mantras und Chakrakonzentration, lange Pranayama-Sitzungen, Mudras, Bandhas und Kundalini Yoga Meditations-techniken. Auch als Yogalehrer Weiterbildung geeignet.

13.-15.4., 20.-22.4., 27.-29.4., 13.-15.7.

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €

Chakra Workshop

Mittels verschiedener Techniken widmen wir uns den existenziellen Fragen des Menschseins. Achtsamkeitsübungen helfen, unsere „innere“ Einstellung zur „äußeren“ Welt erfahrbarer zu machen. Inhalte und Präzisionen der einzelnen Chakren bestimmen, warum wir uns „so und nicht anders“ verhalten. Es braucht Mut, ernsthaftes Interesse und spirituelle Offenheit, um das verborgene Potential in deinem Leben erfahrbar zu machen. U.a. mit kinästhetischen Übungen, Visualisierungen, bewussten Geh- und Atemübungen und Chakra-Traumreise.

10.-12.2.

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, Z/S/Womo 133 €



Voraussetzung für Kundalini Seminare:

- * *der tiefe innere Wunsch, seine Grenzen zu transzendieren und wirklich authentische spirituelle Erfahrungen zu machen*
- * *die Bereitschaft zu Disziplin und intensiver Praxis*
- * *die verpflichtende Teilnahme an allen Seminarpunkten*
- * *Verzicht auf Fleisch, Fisch, Eier, Alkohol, Rauchen, Drogen, Kaffee und schwarzen Tee sowie Zwiebeln und Knoblauch.*



Harmonium Seminare

Harmonium Lernseminar

Lerne Harmonium zu spielen! Wenn vorhanden, bitte eigenes Harmonium mitbringen.

24.-26.8.

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €

Harmonium – Aufbauseminar

Du hast deine ersten Erfahrungen und Kenntnisse mit dem Harmoniumspielen erworben und möchtest jetzt einfach mehr lernen? Wir singen und begleiten gemeinsam viele neue Bhajans und werden viel Freude dabei haben! Wenn vorhanden, bitte eigenes Harmonium mitbringen.

14.-19.10.

MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z/Womo 278 €

Harmonium Intensiv

Lerne dein Harmoniumspiel zu vertiefen. Musiktheorie und Bhakti, Rhythmus- und Gesangsschulung, Tipps für die Integration von Musik in den Yogaunterricht und die eigene Komposition, bereichern deine Praxis. Viele neue Lieder erwarten dich. Erfahrung im Umgang mit dem Harmonium und im Singen erforderlich.

5.-10.8.

MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z/Womo 278 €

Mantra, Tanz

Mantra-Singen – der Weg zum Herzen

Beim Singen kommt die universelle Sprache unseres Herzens zum Ausdruck. Lass dich vom Klang und der Musik verzaubern und erlebe selbst die Harmonie und erhebende Kraft der Mantras. Diese Kraft gibt uns immer wieder Raum zur Erneuerung und Öffnung. Das Seminar bietet Raum für Herzöffnung und Tanz, Stille und Meditation und schafft Verbindung zum Göttlichen.

1.-8.4.

MZ 491 €, DZ 592 €, EZ 697 €, S/Z/Womo 410 €

Tanz des Herzens

Der Tanz des Herzens ist ein intuitiver sakraler Tanz, ohne bestimmte Bewegungsabfolgen oder Schritte. Wir versammeln uns im Kreis und singen einfache spirituelle Lieder. Im Herzen und im Kreisinneren schaffen wir Raum für den Tanz. Mit Live Musik. SL: Param Jyoti Stieber.



18.-20.5.

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €



Gesang und Stimmbildung intensiv

Die Fähigkeit zu singen ist dir angeboren; mit Fleiß, Mut und Enthusiasmus kann es jeder lernen. Entdecke die Kraft in deiner Stimme und finde den Zugang zu deiner Musikalität. Atem- und Entspannungsübungen bereiten dich für die Stimmbildung vor. Wir singen in der Gruppe Volkslieder, Kanon und Mantra.
25.-28.5.: MZ 223 €, DZ 266 €, EZ 311 €, S/Z/W 188 €
16.-18.11.: MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/W 133 €

Die Satsang-Trommeln der Kirtan-Musik

Mit Taktsprache und Rhythm'n' Movement lernen wir auf spielerische Weise die Einfachheit der Rhythmik kennen. Dies fördert auch ein ganzheitliches Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele und bereitet hervorragend auf den Einstieg in den Musik- und Perkussionsunterricht vor. Der Workshop eignet sich für alle Menschen, die sich für Rhythm'n' Percussion in Musik und Tanz, Mantra-Singen und Trommeln interessieren.
15.-30.7.: MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z/W 278 €
30.9.-3.10.: MZ 201 €, DZ 245 €, EZ 290 €, S/Z/W 167 €

Mantras, Kirtans und Bhajans

Mantras, Kirtans und Bhajans erscheinen vielen anfangs fremd und unverständlich. Doch jede/r kann die einzigartige Schönheit des Gesangs erfahren. Das hingebungsvolle Singen von spirituellen Liedern ist die Sprache des Herzens. Das Herz kann erfahren, was es immer will: Weite!
28.12.12-2.1.13
MZ 357 €, DZ 429 €, EZ 504 €, S/Z/Womo 299 €

Orientalischer Tanz und Yoga

Der orientalische Tanz ist ein uralter Frauentanz. Du lernst die Grundbewegungen und -schritte und verbindest sie zu Tanzkombinationen. Die Verbindung mit Yoga ist eine wunderbare körperliche und mentale Vorbereitung dafür.
10.-12.8.
MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €

Yoga und Didgeridoo

Lerne Didgeridoo, eines der ältesten Instrumente der Welt, zu spielen. Die australischen Aboriginies nutzten die tiefen Klänge des Didgeridoos u.a. für spirituelle Zwecke. In diesem Seminar lernst du Spieltechniken, Rhythmen und die Grundlagen der Zirkulärlüftung, mit der du ohne Atempause ununterbrochen spielen kannst. Übungsrohre werden bei Bedarf zu Verfügung gestellt.
31.8.-2.9.
MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €

Klangyoga mit Planetentönen

Im Klangyoga erfährst du die energetischen Wirkungen der Yoga-Stellungen durch die Schwingungen von Klangschalen, Gongs, Didgeridoo, Rahmentrommeln und Gesang mit Planetentönen (nach Custo)
23.-25.3.
MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €



»Wenn eine ausreichend große Minderheit inneren Frieden entwickelt, könnte eine positive Zukunft möglich werden.« Sukadev Bretz

Unsere Seminarleiter verkörpern einen unermesslichen Schatz an Erfahrung und Wissen. Warmherzig und humorvoll führen sie dich scheinbar mühelos in ein tieferes Verstehen und zu neuen Erkenntnissen. Wirkliche Highlights also, die dein Leben und deine Praxis entscheidend verändern können.

Spirituell wachsen mit Sukadev Bretz

Gründer und Leiter von Yoga Vidya. Enger Schüler von Swami Vishnu-Devananda, der ihn zum Yoga-Meister (Acharya) ernannte. Über ein Vierteljahrhundert intensive Erfahrung in der Aus- und Weiterbildung von Yogalehrern. Gründete 1992 die Yoga Vidya Zentren, um einen ganzheitlichen, lebensnahen Yoga zu lehren. Sukadev gibt seine tiefe Weisheit, sein umfassendes Wissen und seine reichhaltige spirituelle Erfahrung anschaulich, aufgelockert, klar strukturiert und praxisbezogen weiter.



Sukadev mit Swami Vishnu, Spanien 1985

Der spirituelle Weg

Der spirituelle Weg führt vom Relativen zum Absoluten, vom Individuellen zum Kosmischen, von der Getrenntheit zur Einheit.

Dieses Seminar gibt dir das nötige Wissen, um diesen wunderbaren Weg frohen Mutes zu gehen und Fallstricke zu vermeiden.

Themen: Bhumikas, die 7 Stufen der spirituellen Evolution mit den jeweiligen Aufgaben für den Aspiranten. Die 4 Purusharthas: Umgang mit Wünschen und Bedürfnissen. Typische Hindernisse auf dem Weg und wie man sie überwindet. Vorkenntnisse in Yoga und Meditation erforderlich.

09.-11.3. SL: Sukadev Bretz

16.-18.3. SL: Maheshwara Mario Illgen

23.-25.3. SL: Narendra Hübner

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, Z/Womo 133 €

Den inneren Kern entdecken mit Maheshwara Mario Illgen

Maheshwara ist Leiter des Seminarhauses Westerwald, Yoga Vidya Archarya, Meditationslehrer und langjähriger Ausbilder von Yogalehrern. Sein besonderes Interesse gilt der Meditation und dem Weg der Selbst-Erkenntnis (Vedanta). Seine langjährige Erfahrung gibt er insbesondere in Yogalehrer-Ausbildungen und Meditationsseminaren weiter.



Jnana Yoga, Vedanta, Meditation und Schweigen

Abstrakte Meditationstechniken über die höchste Weisheit. Intensivseminar mit tägl. bis zu 6 Meditationssitzungen (je 20-40 Min.), 2 Yogastunden, Mantra-Singen. 19.-21.10., 26.-28.10., 2.-4.11.

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €

Schweige Retreat

Stille – Schweigen – Sein. Eingebettet in die wunderschöne Natur im Westerwald findest du zu Ruhe, Entspannung und tiefer Begegnung mit dir. Lange Meditationen, inspirierende Vorträge, Mantra-Singen, Yogastunden und intensives Schweigen helfen dir, deinen innersten Kern zu finden, Vertrauen in dich und das Leben zu entwickeln, Bewusstsein und Achtsamkeit zu schulen sowie deine Gedanken zu klären. Mehr Lebensfreude, Energie und Positivität können sich nach und nach einstellen.

18.-23.3., 11.-16.11., 16.-21.12.

MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z/Womo 278 €
13.-16.5.: MZ 201 €, DZ 245 €, EZ 290 €, S/Z/W 167 €

James Swartz

ist ein authentischer Vedanta-Lehrer der Gegenwart. Er war Schüler und Assistent von Swami Chinmayananda. In seiner fast 40-jährigen Lehrtätigkeit hat James weltweit Tausende von Schülern erreicht.



Er hat eine einzigartige Fähigkeit, Vedanta in moderner und direkter Sprache darzulegen und die Lehre auf lebendige, humorvolle und provokative Weise zu präsentieren.

Meditation Intensiv Schweigend

Intensivseminar mit täglichen langen Meditations-sitzungen, zwei Yogastunden und Mantra-Singen. Du findest zu dir selbst, zu deinem inneren spirituellen Kern, du tauchst ein in die innere Welt. Gute Vorkenntnisse in Hatha-Yoga, Meditation und Yoga-Philosophie erforderlich.

1.-6.7.: MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z/W 278 €
31.8.-2.9., 14.-16.9., 21.-23.9.:

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €

Tipp für Yogalehrer:

Kundalini Yoga Fortgeschrittene

Intensives Praktizieren der im Mittelstufen-Seminar gelernten Übungen für noch tiefere Erfahrung und Erweiterung des Bewusstseins zusammen mit weiterführender Theorie. Teilnahmevoraussetzung: Kundalini Yoga Mittelstufenseminar oder Yogalehrer Ausbildung.

13.-15.4., 20.-22.4., 27.-29.4., 13.-15.7.

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €

Wer bin ich?

Die Praxis der Selbst-Erforschung

Eine außergewöhnliche und inspirierende Gelegenheit, die fundamentalen Prinzipien und Methoden des Vedanta unter Leitung eines großartigen Lehrers zu erlernen und zu praktizieren. Wenn Du interessiert bist, Deine spirituellen Fragen auf eine neue und tiefere Ebene zu tragen, wird dieses Retreat von großem Nutzen sein. Du bist eingeladen, alte begrenzende Sichtweisen über dich und die Welt zu hinterfragen und zu überwinden. In der Erkenntnis unserer wahren Natur liegt der Schlüssel für wirkliche innere Freiheit und beständiges Glücklichein.

4.-9.3.: MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z/W 278 €

Achtsamkeit entwickeln mit Adriaan van Wagenveld

Yogalehrer und sehr erfahren in buddhistischer Meditation. Er hat in Plum Village bei Thich Nhat Hanh gelebt. Gibt seit 1995 Seminare und leitet dich sanft und liebevoll zu der reinen Wahrnehmung.



Wege der Achtsamkeit, Yoga und Meditation

Die Achtsamkeitspraxis ermöglicht dir, ganz im Hier und Jetzt zu sein. Befreie deinen Geist von dem endlosen Denken über das, was war und was vielleicht kommen wird. Die kleinsten Ereignisse und Gegenstände werden wieder Quellen von Verwunderung und Freude. Du lernst Tee zu trinken, wenn du Tee trinkst, deine Asanas zu üben, wenn du Asanas übst. Damit baust du dir eine unerschütterliche Basis, die es dir ermöglicht, auch in schwierigen Situationen ruhig bei dir zu bleiben. Gesprächsrunden unterstützen dich dabei, das Gelernte in deinen Alltag zu übertragen. Mit seiner ruhigen Art führt Adriaan dich sanft und liebevoll zu einem einfachen Dasein im Hier und Jetzt.

19.-21.10.: MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/W 133 €
21.-26.10.: MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z 278 €

Buddha Yoga

In diesem Achtsamkeitsseminar bekommst du eine systematische Einleitung in die Meditation, basierend auf den 4 Ebenen unseres Körper-Geist-Systems.



Lerne auf der Basis der Yoga-Vidya Grundreihe den Buddha Yoga kennen. Durch Anweisungen aus einem der ältesten und ausführlichsten Text über Meditation, wirst du in die reine Wahrnehmung dessen, was Jetzt wirklich ist, geführt.

17.-22.6. MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z 278 €



ICH und DU – Gelebte Spiritualität im Alltag mit Prof. Dr. Martin Mittwede

Religionswissenschaftler und Indologe, lehrt Vergleichende Religionswissenschaft an der Universität Frankfurt/Main, praktische Philosophie an der Universität Köln und ist ein profunder Kenner der indischen Philosophie und vedischer Tradition.

Karma und spirituelle Entwicklung

Wir treten in unser Leben und gelangen in eine Vielzahl von Bindungen hinein, die uns prägen z.B. Familie, Schule, Freunde. Doch was ist unser eigenes Sein? Was gehört wirklich zu uns? Und wie transformieren wir unsere Prägungen, ohne aus der Welt flüchten zu müssen? Wir werden persönlich an unserem Weg arbeiten und uns neue Potentiale erschließen. Keine Vorkenntnisse nötig.

27.-29.4.: MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/W 133 €

Liebe und Spiritualität

Jeder sehnt sich nach erfüllenden Beziehungen. Doch die Realität scheint nur zu häufig schwere Lernaufgaben für uns bereit zu halten. Die Liebe ist ein starkes Geheimnis, das uns immer wieder neu suchen lässt, auch wenn wir Enttäuschungen erlebt haben. Gemeinsam werden wir uns ein spirituelles Verständnis von der Liebe in unserem eigenen Leben erschließen.

29.6.-1.7.: MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/W 133 €



Spiritualität fühlen, spüren, erleben mit Maharani Fritsch de Navarrete

Dipl-Sozialpädagogin, Yogalehrerin und -ausbilderin, Schamanin, Pilgerin und Sterbebegleiterin. Langjährige Yoga und Meditationspraxis in verschiedenen Schulen und Traditionen (Yoga Vidya, Zen, Sufismus, Gaudiya Vaisnava). Schamanische Ausbildung. In Peru konnte sie viele Heiltechniken vor Ort praktisch erlernen und erfahren.

Yoga und Schamanisches Heilen – Einführung

Erfahre die Rückbindung an deine Lebenskraft und natürliche, intuitive Weisheit. Erfahre Ganzwerdung und Heilung als zentrale Aufgabe der Yogis, Schamanen und Heiler auf dem Weg zur Verbindung mit dem Höheren Bewußtsein. Das Wochenende ist eine Einführung in die Techniken des schamanischen Heilens und Vorbereitung auf die Schamanische Heil-Ausbildung.

17.-19.2.: MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z 133 €

Schattentransformation – von der Krise zur Klarheit

Jede ernsthafte spirituelle Entwicklung verläuft eher spiralförmig als geradlinig. Sie ist von Perioden der Suche, Krise und Dunkelheit begleitet. Die „tiefe Nacht der Seele“ (Meister Eckart) gehört zu uns genauso wie unsere Sonnenseite. Verstehen, annehmen und Transformation der Krisenzeit sind essentiell auf dem Weg der spirituellen Entwicklung.

7.-9.9.: MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z 133 €

Swami Saradananda

ist eine inspirierende Lehrerin, die dich dazu ermuntert, deine eigene Yogapraxis auszubauen und zu verfeinern. In ihrem Unterricht bezieht sie mit viel Humor die uralten philosophischen Weisheiten auf die Erfahrungen unseres täglichen Lebens. Sie unterrichtet seit mehr als 30 Jahren Yoga und ist die ehemalige Leiterin des Sivananda Yoga Zentrums London und Meisterschülerin Swami Vishnu-Devanandas. Sie hat zahlreiche Bücher veröffentlicht. Ihre neuesten Publikationen „Chakra Meditation“ und „The Power of Breath“ sind kürzlich erschienen.



Asana intensiv

Ein Durchbrucherebnis für deine Yoga-Praxis! Intensives Arbeiten an den Asanas. Lerne mal spielerisch und entspannt, mal konzentriert und systematisch, fortgeschrittene Asanas. Techniken und Tricks zur Erhöhung von Flexibilität, Koordination, Ausdauer und Kraft. Tägl. 4-6 Stunden Asanas, ergänzt durch Meditation und Mantra-Singen. Mittelstufe und Fortgeschrittene.

25.-30.3.: MZ 283 €, DZ 355 €, EZ 430 €, S/Z 225 €

TIPP: Für Yogalehrer gibt Swami Saradananda Weiterbildungsseminare: Jnana Yoga und Vedanta 2.-11.4. und Raja Yoga 30.3.-8.4., 28.9.-7.10.



Das Feld der Ahnen

Obwohl wir freie Individuen sind, unterliegt unser heutiges "So-sein" durch Gene, Ahnenkarma und Sozialisation dem Einfluss unserer Ahnen. Wir erforschen mit Hilfe schamanischer Rituale, der systemischen Familienaufstellung und der Traumabewältigung unsere Biografie und entwickeln Verständnis für die Ahnenkraft-Verstrickung. Durch Loslösen und Zusammenfügen der Anteile der Sippenseele heilen alte Wunden. Vedische und schamanische Rituale unterstützen den Prozess.

6.-8.7.: MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z 133 €



Kurs in pranischem Wohlbefinden

Wir lernen das Prana in den Nadis in Balance zu bringen, um zu einem höheren Bewusstseinszustand zu gelangen und zu einer besseren Wahrnehmung. Dr. Nalini unterrichtet spezielle Pranayamas, Mudras und Pratyahara Techniken, mit denen die Kanäle in unserem physischen Körper mit den Kanälen unseres feinstofflichen Körpers verbunden werden. Du lernst Nadi Nidra und Übungen für die Gesunderhaltung von Nadis.

15.-20.4.

MZ 355 €, DZ 428 €, EZ 503 €, S/Z/Womo 298 €

Lernen von Dr. Nalini Sahay

Dr. Nalini Sahay ist Yoga Acharya, Schülerin von Swami Satyananda Saraswati and Leiterin von TORCH, einem gemeinnütziger Verein, der mit Straßenkindern und AIDS-Kranken in Neu-Delhi arbeitet. Früher unterrichtete sie therapeutisches Yoga in Schulen und Krankenhäusern.



Asana Intensiv mit Narayani

Narayani Unterrichtsweise hat etwas fast Magisches: Auf spielerische Weise, ohne große Anstrengung, lernst du die schwierigsten Variationen und bist selbst verblüfft, was alles geht... (s. Seite 13)



Anantharavi Thillainathan

Inspirierender Yogameister, Ausbilder für Yoga und Aryurveda Marma Massage an verschiedenen Instituten und Yoga Yidya Gurucal Universität in Sri Lanka.

Asana Intensiv mit Kriya Hatha Yoga

Langes Halten der Stellungen, verbunden mit Achtsamkeit und Konzentration hilft, die Energien zu subtilisieren. Eine machtvolle Übungsreihe von 18 Stellungen, der Kriya Hatha Yoga, verjüngt den Körper und bereitet ihn auf die feineren Stufen des Kriya Yoga vor. Integrierte Mudras und Bandhas aktivieren die Kundalini Energie. Viel Praxis, wenig Theorie.

10.-15.6.

MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z/Womo 278

Ayurvedische Marma Massage Ausbildung

Lerne die ayurvedische Marma Massage professionell anzuwenden. In den Marmapunkten, bestimmten Energiepunkten, treffen Bänder, Gefäße, Muskeln, Knochen und Gelenke aufeinander. Durch sanfte kreisförmige Bewegungen auf einem Marmapunkt können Giftstoffe, gebundene Energien und unterdrückte oder blockierte Emotionen freigesetzt und aus dem Körper entfernt werden.

3.-10.6.

MZ 567 €, DZ 668 €, EZ 773 €, S/Z/Womo 486 €

Seminar Highlights



Swami Tatvarupananda

ist ein Meister der vedantischen Erzählkunst in Analogien und Geschichten und mit tiefgründigem Humor. Er kommt aus Kerala, Südindien. Er ist langjähriger Schüler von Swami Dayananda, einem der engsten Schüler Swami Sivanandas. Er führt einen kleinen Ashram, in dem Kinder aus ärmsten Familien westliche Schulbildung und traditionelle spirituelle Unterweisung erhalten.



Vedanta intensiv – gelebte Wahrheit

Vedanta ist nicht nur die Philosophie der universellen Einheit, sie wird auch die Philosophie der vollkommenen Freiheit genannt. Wie du diese Freiheit in dein Leben bringst und sie dich immer mehr zu dir selbst, zu mehr Lebensglück, wahrer Unabhängigkeit und innerem Frieden führt, lernst du in diesem Seminar. Yogastunden und Meditation bieten dir Raum, das Wissen zu reflektieren und zu verinnerlichen, damit es zu praktischer Vedanta, gelebter Weisheit führt. 5.-8.4.

MZ 223 €, DZ 266 €, EZ 311 €, S/Z/Womo 188 €

Swami Atma Swarupananda

Langjähriger Schüler von Swami Vishnu-devananda. Reichhaltige Erfahrung in der Ausbildung von Yogalehrern und Leitung von Yoga-Zentren. Aktuell lebt er in Deutschland und unterrichtet international, vor allem in Europa. Humorvoller, einfühlsamer und doch fordernder Yogalehrer.



Sanskrit Intensiv-Woche mit Swami Atma

Ein von Swami Atma entwickelter Kurs, um schnell und mit viel Spaß innerhalb einer Woche fließend Sanskrit lesen und schreiben zu lernen. Der perfekte Kurs, um die Aussprache der Mantras zu vervollkommen. Mit umfangreichem Hand- und Übungsbuch. 19.-24.8.

MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z/Womo 278 €





Swami Bodhichitananda

ist gebürtiger Amerikaner und kam 1991 in den Sivananda-Ashram und wurde 1999 von Swami Chidananda in Sannyas eingeweiht. Von 1987 bis 1991 war er Mönch in der Self-Realization Fellowship, der von Paramahansa Yogananda gegründeten Organisation. Er hat die Lehr-Erlaubnis beider yogischer Traditionen.



Kriya Yoga Intensiv

Einführung ins Kriya Yoga
- Meditationspraxis eines
höheren Zeitalters.

Erfahre die Theorie, Tradition und Praxis von Kriya Yoga. Swami Bodhichitananda unterrichtet die grundlegenden Techniken des Kriya Yoga, u.a. „Das Prinzip der Meditation auf den Atem und die Praxis von Hamsa“ und „Anahata Shabdha - die Kraft von OM und Klang in der Meditation“ sowie ergänzende Asanastunden., Grundkenntnisse in Yoga und Meditation erforderlich.

4.-14.9.

MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z/Womo 278 €

Swami Mangalananda

Er stammt aus Amerika und lebt seit 2001 in Shri Anandamay Ma's Ashram in Omakareswar, widmet sich der Meditation und dem Yoga und ist ebenfalls Lehrer an der Ashramschule sowie Autor von zwei Büchern.



Swami Gurusharananda

Er ist ein Meister des Hatha Yoga und hat akademische Grade in Philosophie und der Interpretation der Upanishaden erworben. Er ist Leiter der Ashramschule in Omkareshwar, Experte in vedischer Astrologie und natürlichen Heilweisen.

Ein Wechsel der Sichtweise

Der Workshop basiert auf der Lehre von Anandamayi Ma, dass alles eine Manifestation Gottes ist. Beide Swamis möchten dich darin unterstützen alles aus dem Licht Gottes gemacht zu erleben. Dabei werden Asanas genutzt, um den Körper zu entspannen, Meditationen zur Verstärkung, Worte von Ma zu diesem Thema, interaktive Diskussionen. Am Samstagabend gibt es ein Bhajan und Kirtan Konzert.

22.-24.6.: MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/W 133 €
22.-29.6.: MZ 491 €, DZ 592 €, EZ 697 €, S/Z/W 410 €

Ausbildungen bei Yoga Vidya Westerwald



Eine wichtige Zeit für Veränderungen ist angebrochen. Alte Strukturen brechen auf und neue müssen sich bilden. Jetzt werden viele Menschen gebraucht, um neue Werte zu transportieren. Unsere Ausbildungen bereiten dich darauf vor Teil des Veränderungsprozesses zu sein und versetzen dich in die Lage, andere Menschen weiterzubringen.

www.yoga-vidya.de/ausbildungen



Genauere Beschreibungen und weitere Ausbildungen unter: www.yoga-vidya.de/ausbildung-weiterbildung oder in unseren Ausbildungsbroschüren. Bitte anfordern!

Entspannungskursleiter/in

Theorie und Praxis der Entspannung aus westlicher Psychologie und Yoga. Lerne Entspannungskurse anzuleiten, Menschen kompetent und sicher in die Entspannung zu führen und sie auf ihrem Prozess zu mehr innerer Ruhe und Wiederentdeckung ihres Körpergefühls zu begleiten. Vollständige körperliche und seelische Entspannung führt zu einer tief greifenden Regeneration des ganzen Körper-Geist-Systems, stärkt das Immunsystem. Du wirst mit dem Aufbau und der Didaktik von Entspannungskursen vertraut gemacht und erfährst die zielgruppenspezifischen Besonderheiten von Entspannungskursen. Ausbaubar zum Entspannungstrainer/in.
29.1.-3.2., 8.-13.7., 4.-9.11.

Teilnahmevoraussetzungen: Offenheit für Yoga und Meditation. Abschluss, Zertifikat: Die Ausbildung schließt mit einer schriftlichen Arbeit ab.

Zertifikat „Entspannungskursleiter/in BYVG“ des Berufsverbandes der Yoga Vidya Gesundheitsberater, Kursleiter und Therapeuten. Ca. 60 UE.

Ausbildungsgebühr:

MZ 421 €, DZ 493 €, EZ 568 €, Z/S/Womo 363 €



Anerkannter Bildungsurlaub

Unsere Aus-,Fort- und Weiterbildungen finden in Zusammenarbeit mit der Akademie der Kulturen NRW statt. Auf Anfrage kann gesetzlicher Bildungsurlaub in Anspruch genommen werden. Wir lösen Bildungsschecks und Bildungspremien-Gutscheine ein. Für Fragen steht dir Rita Langerfeldt (rita@yogavidya.de) gern zur Verfügung.

Meditationskurseleiter-Ausbildung

Meditation ist die wichtigste Übung aller spirituellen Wege. Wer täglich übt, schöpft daraus Kraft und Inspiration. Man taucht in die innere Welt ein, geht jenseits des Körper- und Gedankenbewusstseins und erfährt die Einheit des Selbst mit dem Kosmischen.

In diesem Kurs bekommst du theoretisches und praktisches Wissen über Meditation und den spirituellen Weg. Du machst Erfahrungen durch intensive Praxis und lernst, andere in die Meditation einzuführen und ihre Praxis zu begleiten. Während der ersten Woche lernst du Theorie und Unterrichtstechniken. Die 2. Woche ist eine schweigende Meditations-Intensivwoche.

24.6.-1.7., 24.6.-6.7.

Teilnahmevoraussetzung: 2 Jahre regelmäßige Meditationspraxis oder abgeschlossene Yogalehrer-ausbildung. Ca. 153 UE.

Zertifikat: „Meditationskurseleiter/in (BYVG)“.

Ausbildungsgebühr

7 Tage:

MZ 598 €, DZ 699 €, EZ 804 €, S/Z/Womo 517 €

12 Tage:

MZ 933 €, DZ 1107 €, EZ 1287 €, S/Z/Womo 795 €

Atemkurseleiter/in Ausbildung

Lerne, Atemkurse anzuleiten und diese an unterschiedliche Bedürfnisse und Kursformate anzupassen. Die Atmung wirkt ganzheitlich – auf Körper, Geist und Seele. Umgekehrt beeinflussen emotionale Stimmungen und körperliches Befinden auch die Atmung. Bewusster Umgang mit dem Atem hilft, den Zugang zu uns selbst zu erweitern. Körperliche und seelische Blockaden können sich lösen, Beschwerden und Verspannungen gelindert werden – es entsteht ein neues Lebensgefühl.

7.-14.9. **Mit Zertifikat. Ausbildungsgebühr:**

MZ 567 €, DZ 668 €, EZ 773 €, S/Z/Womo 486 €



Weitere Ausbildungen:

Edelstein-Massage	29.4.-4.5.
Shiatsu-Massage	23.-30.11
Autogenes Training Kurseiter	23.-28.9.
Ayurvedische Marma Massage	3.-10.6.



- Yoga ist ein praktisches System zur Entwicklung der gesamten Persönlichkeit
- Yoga zu unterrichten ist eine erfüllende, verantwortungsvolle Aufgabe
- Die Ausbildungen bei Yoga Vidya geben dir fundiertes Wissen

Weitere Informationen unter
www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung
oder in unseren Ausbildungsbroschüren!

Termine für 4 Wochen-Intensiv-Ausbildungen im Westerwald

4-Wochen-Kurse:	5.2.-4.3.	20.5.-17.6.	15.7.-12.8.
2x2 Wochen-Kurse, 1. Hälfte:	5.-17.2.	20.5.-1.6.	15.-27.7.
2x2 Wochen-Kurse, 2. Hälfte:	17.2.-4.3.	1.-17.6.	27.7.-12.8.
4x1 Woche-Kurse:			
1. Viertel (So-Fr)	5.-10.2.	20.-25.2.	15.-20.7.
2. Viertel (Fr-Fr)	10.-17.2.	25.5.-1.6.	20.7.-27.7.
3. Viertel (Fr-Fr)	17.-24.2.	1.-8.6.	27.7.-3.8.
4. Viertel (Fr-So)	24.2.-4.3.	8.-17.6.	3.-12.8.

4 WOCHEN INTENSIV

Losgelöst vom Alltag die Tiefe des Yoga erfahren. 400 UE

ab **1.782€**

2 JAHRES AUSBILDUNG

Yoga schrittweise direkt im Alltag umsetzen. In 40 Stadtzentren möglich. 723 UE
Beginn Januar 2012
Einstieg bis März möglich.

ab **160€ mtl.***

3 JAHRES AUSBILDUNG

Die transformatorische Kraft von Intensivwochen mit individueller Führung. 780 UE. Beginn ab 13.-15.4.

ab **103 € mtl.**

Die Grundausbildungen

Yoga Therapie Ausbildung

kompetent und gezielt auf körperliche Beschwerden eingehen.

Unterrichtstechniken Systematische Vertiefung

Einzelne Aspekte des Yoga werden in Wochenend- und Intensivseminaren vertieft.

Yoga für bestimmte Zielgruppen

z.B: Senioren, Schwangere, Kinder

Yoga Visharada Studiengang

Der „Königsweg“ für besonders ernsthafte Aspiranten. Orientierung und Stütze für einen systematischen spirituellen Fortschritt.

UE = Unterrichtseinheiten à 45 Min.

Die Weiterbildungen

Das Studium

PREISE** Yogalehrerausbildung in €

Zeitraum	MZ	DZ	EZ	Z/S/Womo
4 Wochen Intensiv	2104	2510	2930	1782
2 Jahres Ausbildung* ab	160	169	178	—
3 Jahres Ausbildung	121	143	166	103

YOGALEHRER VORBEREITUNG

13.-15.4., 15.-17.6., 4.-9.11.

Ayurveda Ausbildungen



Ayurveda ist ein System der Vorbeugung und Heilung. Es zeigt uns, wie wir unsere Gesundheit, Vitalität und Lebensfreude bis ins hohe Alter erhalten können.

Mit unseren Ausbildungen kannst du Ayurveda Anwendungen, Massagen, Gesundheits- und Ernährungsberatung, sowie Ayurveda Einführungsseminare im Freizeit- und Wellnessbereich (Hotel, Sauna, Fitnesscenter) anbieten – in selbständiger Praxis oder in Zusammenarbeit mit Ärzten, Heilpraktikern oder Kliniken.

Die Ausbildungen schließen mit einer schriftlichen und ggf. mündlichen Prüfung ab. Mit anerkanntem Zertifikat des „Berufsverband der Yoga Vidya Gesundheitsberater, Kursleiter und Therapeuten“ (BYVG).



Ayurveda Gesundheitsberater Intensiv Ausbildung

Du lernst in die Geschichte und in die Grundlagen von Ayurveda und Ayuryoga kennen. Verschiedene Massagetechniken in Theorie und Praxis, z.B. die klassische Ölmassage (Abhyanga). Themen wie die Doshas und Konstitutionslehre, Nadis und Marmas, Farb- und Edelsteintherapie, Ernährungs- und Heilmittelkunde und die klassische Panchakarma-Kur sind weitere Bestandteile der Ausbildung. Du bekommst eine Einführung in die vedische Wohnraumgestaltung (Vastu) und Astrologie, sowie yogatherapeutische Grundlagen, Selbsterfahrung von Synchronmassage, Pulvermassage, Beutelmassage, Augenpflege und Nasenreinigung. Du lernst Beratungsgespräche zu führen und gewinnst bereits Erfahrung für die eigene Praxis.

12.8.-9.9.

4-Wochen-Intensiv (auch 2x2 Wochen oder 4x1 Woche möglich).

MZ 2302 €, DZ 2708 €, EZ 3128 €, S/Z/Womo 1980 €

Ayurveda Massage Ausbildung

Abhyanga, die traditionelle ayurvedische Ganzkörpermassage verbindet auf harmonisch fließend Weise mehrere therapeutische Techniken, die der Heilung und Gesunderhaltung des Körpers dienen. Spezielle Griffen wirken auf tiefer liegende Organe und Gewebsschichten, wie z.B. Darm, Lungen und Rückenmark. Gezielte, gleichmäßige Streichungen aktivieren das Lymphsystem und fördern so die Entgiftung des gesamten Körpers. Traditionell hergestellte medizinische Ölzubereitungen sorgen für eine tiefgreifende Reinigung und Nahrung von z.B. Haut, Muskeln, Gelenken. Die Haut gewinnt durch regelmäßige Ölanwendungen ihre Jugendlichkeit und Elastizität zurück.

22.1.-5.2.

MZ 1079 €, DZ 1282 €, EZ 1492 €, S/Z/Womo 918 €



Ayur-Yoga-Ausbildung

Du lernst die Wirkung von Asanas, Pranayamas und verschiedenen Meditationsformen auf die Doshas. Einsatz spezifischer Asanas, Pranayama und Meditationstechniken zur Harmonisierung der Doshas. Die klassische Yoga Vidya Reihe wird an die Bedürfnisse der Teilnehmer angepasst. Für Yogalehrer und Ayurveda Gesundheitsberater sehr empfehlenswert.

22.-27.4.

MZ 421 €, DZ 493 €, EZ 568 €, S/Z/Womo 363 €

Yoga für Rückbildung nach Schwangerschaft – Yogalehrer Weiterbildung

Rückbildungsyoga hilft, Körper und Geist in der Zeit nach der Geburt zu zentrieren, den Körper sanft und schonend zu kräftigen und den Beckenboden aufzubauen. Außerdem lernst du: körperliche und seelische Situation von frischgebackenen Müttern und deinen Yogaunterricht sinnvoll darauf auszurichten.

23.-25.11.

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €

Ayurvedische Schwangerschafts- und Baby-Massage Ausbildung

Du lernst die Grundlagen von Ayurveda und der ayurvedischen Massagetechniken, speziell auf Schwangere und Babys zugeschnitten. Anschließend kannst du Massagen an Schwangeren und Babys durchführen. Anerkannter Baustein der Massage- und der Ayurveda Therapie Ausbildung. Bitte Puppe mitbringen. Grundkenntnisse in Ayurveda, Yoga und Meditation erforderlich.

18.-23.11.

MZ 421 €, DZ 493 €, EZ 568 €, S/Z/Womo 363 €



Genauere Beschreibungen und weitere Ausbildungen unter:
www.yoga-vidya.de/ausbildung-weiterbildung oder in unseren Ausbildungsbroschüren.
Bitte anfordern!

Teilnahmebedingungen

Seminare, Pakete und Individualgäste



Um den besten Nutzen aus dem Programm zu ziehen, bitte während der Yoga Seminare auf Fleisch, Fisch, Eier, Alkohol und Tabak verzichten und an allen Kursprogrammen teilnehmen (Rauchen ist außerhalb unseres Geländes möglich). Verpflichtend ist auch für Individualgäste die Teilnahme an der Morgenmeditation und an einer Yogastunde am Tag.

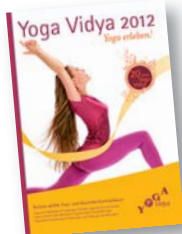
Ausbildungen

Während der Ausbildungen vollständiger Verzicht auf Alkohol, Rauchen, Drogen, Fleisch, Fisch. Die Teilnahme an allen Programmen gemäß Tagesablauf ist Pflicht und Voraussetzung für das Abschlusszertifikat, einschließlich morgens und abends Meditation und Mantra-Singen, Yogastunden sowie täglich eine ¾ Stunde Mithilfe (Karma Yoga) bei den Arbeiten im Haus.

Bei Nichtbeachten der Teilnahmebedingungen kann der Teilnehmer vom Kurs ausgeschlossen werden. In diesem Fall, wie auch bei vorzeitigem Abbruch des Kurses, besteht kein Anspruch auf Rückerstattung.

Rückerstattung: Rücktritt und Rückzahlung bis 15 Tage vor Seminarbeginn bzw. Beginn deines Individualgast-Aufenthalts 25 € Stornogebühr. Rücktritt und Rückzahlung bei weniger als 2 Wochen bis einen Tag vor Seminarbeginn bzw. vor Beginn deines Aufenthalts 50% Rückerstattung. Umbuchungen und Gutschriften bis 15 Tage vor Seminarbeginn bzw. Aufenthalts kostenlos. Umbuchungen bei weniger als 2 Wochen bis zum Seminar- bzw. Aufenthaltsbeginn oder Rücktritt mit Gutschrift: 15 € Bearbeitungsgebühr. Bei vorzeitigem Abbruch des Kurses bzw. Aufenthalts besteht kein Anspruch auf Rückerstattung.

Bitte mitbringen: Bettwäsche, Handtuch, Hausschuhe, Wecker, Hartschalenbrillenetui, biologisch abbaubare Körperpflegeprodukte sowie alle persönlichen Sachen. Wenn vorhanden: Yoga-Matte, Meditationskissen, Meditationsdecke (können auch kostenlos ausgeliehen oder im Yoga Vidya Shop vor Ort erworben werden). Leihgebühr für Bettwäsche 5 €.



Broschüren-Gutschein

Westerwald Spezial 2012

Hiermit fordere ich kostenlos und unverbindlich folgende Informationen an:

- Seminarkatalog 2012
- Ausbildungen 2012
- Yogalehrer Weiterbildung 2012
- Ayurveda und Yoga Wellness
- Yoga und Meditation Einführung
- 2 Jahres Ausbildung Yogalehrer/in
- Kundalini Yoga
- Abendkurse Westerwald
- Yoga Kongress
- Business Yoga Kongress
- Musikfestival
- Yogatherapie
- Seminarhaus Shanti, Gastgruppen Vermietung
- Reise in den Sivananda Ashram/Pilgerreise zum Berg Kailash
- 20 Jahre Yoga Vidya

Bitte sendet mir die Broschüre des Yoga Vidya Stadt-Centers:Ort (siehe Rückseite)

- Yoga-Versand: Bücher, Kassetten, CDs, Videos, etc.
- Info CD Haus Yoga Vidya Westerwald
- Yogalehrer Verzeichnis
- Yoga Vidya Kooperationscenter-Info
- Yoga Vidya e.V. und alle Berufsverbände
- Mitarbeiter werden

Vorname, Nachname

Straße, PLZ, Ort

Bitte schicken oder faxen an:

Yoga Vidya e.V., Yogaweg 7, 32805 Horn-Bad Meinberg, Tel.: 05234/87-0, Fax: -1875, E-Mail: info@yoga-vidya.de

Anmeldung für Seminare Yoga Vidya Westerwald

Hiermit melde ich mich verbindlich an für folgende Seminare/Ausbildungen:

Titel von bis Nr.

Titel von bis Nr.

Titel von bis Nr.

Name, Vorname

Anschrift

Telefon/Fax E-Mail

Ich wünsche Unterbringung im:

MZ EZ DZ zusammen mit Zelt Womo

Anzahlung (bei WE mind. 25 €, Wochenkurse 100 €, länger 250 €, fällig bei Anmeldung)

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

Wir bitten zur Vereinfachung unserer Buchhaltung um Bankeinzugserlaubnis. Danke!

Bankeinzug

Konto Nr. Kontoinhaber

bei der Bank BLZ

Ratenzahlung (Bei Yogalehrer Weiterbildungsreihe nur Bankeinzug möglich)

Ich überweise die Anzahlung bei Anmeldung, den Rest bis spätestens 2 Wochen vor Seminarbeginn. Unserer Bankverbindung erhältst du mit der Anmeldebestätigung.

Ich bitte um Abholung: Datum Uhrzeit

(mind. 3 Tage vorher anmelden)

ICE Bahnhof Montabaur, Neuwied bitte eigenständig organisieren.

Details zu Taxi-Sonderkonditionen im Internet:

www.yoga-vidya.de/westerwald_unter_Anreise

Bushalt Horhausen (Kardinal-Höffner-Platz), kostenlos



Nutze auch unsere Mitfahrbörse:
www.yoga-vidya.de/mitfahren

Wo hast du diese Broschüre gefunden?

Ich habe von den Teilnahmebedingungen Kenntnis genommen und übernehme die volle Verantwortung für meine Gesundheit.

Ort, Datum, Unterschrift

Bitte abschicken oder faxen an:

Fax 02685/8002-20, anmeldung@yoga-vidya.de

Yoga Vidya Westerwald, Gut Hoffnungstal, 57641 Oberlahr

