



Bad Meinberg



Westerwald



Nordsee



# Yoga Vidya e.V. Presseinformation



Allgäu



Yoga Vidya e.V.  
Yogaweg 7  
D-32805 Horn-Bad Meinberg  
Tel. 05234/87-0

Öffentlichkeitsarbeit  
und Pressearbeit:  
Inka Aichinger  
Tel. 05234/87-2224

Claudia Patzig  
Tel.: 05234/87 2203

Messe:  
Nandi Hellmuth  
Tel. 05234/87-2435  
Mobil: 0176 / 349 563 40

Mailkontakte:  
presse@yoga-vidya.de  
messe@yoga-vidya.de

Internet:  
www.yoga-vidya.de



# Yoga Vidya e.V. – Die Kraft einer Vision

## Der Verein

Seit seiner Gründung ist der Yoga Vidya e. V. **deutschlandweit zum größten Anbieter** von Yoga Seminaren gewachsen. Mittlerweile beschäftigt der Verein in seinen 4 Seminarhäusern und den Stadtzentren rund **240 hauptberufliche MitarbeiterInnen**. Zudem arbeiten ganzjährig Hunderte von ehrenamtlichen Helfern mit.

Yoga Vidya ist die **größte selbstverwaltete Gemeinschaft Deutschlands**. Mitarbeiter wie Gäste leben nach yogischen Grundsätzen zusammen. Zu diesen gehören –neben dem regelmäßigen Praktizieren von Yoga und Meditation – auch eine biologisch-vegetarische Vollwertkost unter Verzicht auf Fleisch, Fisch, Alkohol und Tabak.

Die Arbeit des Yoga Vidya e.V. steht in der Tradition des indischen Arztes und Yoga-Meisters **Swami Sivananda (1887–1963)**, bezieht aber gleichzeitig auch **moderne wissenschaftliche Erkenntnisse** mit ein. Swami Sivananda war einer der größten Yogameister des 20. Jahrhunderts. Sein Wahlspruch lautet: „Diene, liebe, gib', reinige, meditiere und verwirkliche". Dieses Credo bildet die Essenz des integralen Yoga; alle großen Yogawege werden dabei nebeneinander praktiziert. So versteht sich Yoga Vidya als Ort für die ganzheitliche spirituelle Entwicklung des Menschen. Damit möchte der Verein ein Lichtpunkt im Lichtnetz der Erde werden.

In Deutschland praktizieren mittlerweile mehr als **fünf Millionen Menschen Yoga**, davon etwa **650.000** nach der traditionellen Yoga Vidya Asana-Reihe.

## Eine stetig wachsende Gemeinschaft

Bereits vor der Vereinsgründung eröffnete Volker Bretz **1992 in Frankfurt am Main** das „Yoga Center am Zoo". Es folgte die Eröffnung weiterer vereinseigener Stadtzentren in ganz Deutschland.

**1997** wurde das Gut Hoffnungstal, eine alte Mühle im **Westerwald** bei Döttesfeld, zum **ersten Seminarhaus** für Yoga und Meditation umgebaut. Das Haus bietet Übernachtungsmöglichkeiten für 100 Gäste und viele Räume für Seminare und Ausbildungen. Da das Interesse an den Angeboten von Yoga Vidya weiter wuchs, wurde **2003** ein **zweites Haus in Horn-Bad Meinberg** in Betrieb genommen. In der ehemaligen Kurklinik im Teutoburger Wald befindet sich seitdem die Zentrale des Vereins.

Die Angebote von Yoga Vidya entwickelten sich mit der Zeit zu einem regelrechten Besucher-Magnet. Inzwischen verzeichnet das Haus in Bad Meinberg mit seinen rund **700 Betten** mehr als **85.000 Übernachtungen** im Jahr. Für den Ort und den gesamten Kreis Lippe bedeutet das Engagement von Yoga Vidya einen positiven Image- und Strukturwandel. Denn durch Yoga Vidya nimmt die Zahl der Besucher in Bad Meinberg stetig zu. Der klassische Kurort entwickelt sich zunehmend zu einem Zentrum für alternative Heilmethoden. Friedel Heuwinkel, Landrat des Kreises Lippe, bezeichnet die Impulse von Yoga Vidya als **„Meilenstein in der Entwicklung Lippes zur Gesundheitsregion"**. Bad Meinberg wird sich darüber hinaus zu einer der modernsten deutschen Präventionswerkstätten entwickeln und so als Kur- und Erholungsort wieder aufblühen. Momentan läuft das Programm „Yoga, Moor & Externsteine" in Bad Meinberg. Zukünftig wird das Projekt „Lassen Sie sich fallen – wir fangen Sie auf!" ein Programm zur Verfügung stellen, bei dem ein ganzes Netzwerk von Gesundheitspartnern dem Gast einen maßgeschneiderten Gesundheitsplan erarbeiten. Der Yoga Vidya e.V. ist ein Partner dieses Projekts.

Im Jahr **2008** wurde ein **drittes Seminarhaus in Horumersiel an der Nordseeküste** eröffnet. An die hundert Besucher können dort unterkommen und die Yoga Vidya Angebote in Verbindung mit dem gesundheitsfördernden Reizklima der Nordsee nutzen. Nur knapp 3 Kilometer vom Seminarhaus entfernt befindet sich der herrliche Sandstrand.

Im August **2013** folgte dann die Eröffnung des **4. Yoga Vidya Seminarhauses im Allgäu**. In dieser idyllischen Bergregion können sich Gäste nun auch wortwörtlich zu spirituellen Höhen aufschwingen und die allergenarme Luft genießen. Das Yoga Seminarhaus in Maria Rain ist unmittelbar vor den Allgäuer Alpen gelegen. Eingebettet in ein touristisch attraktives Ferien-, Kur- und Erholungsgebiet im Oberallgäu, liegt es zwischen Kempten und Füssen. Maria Rein ist ein ruhiger Ort, von vielen Badeseen umgeben und ideal für Yoga und Meditation geeignet. Ein traumhafter Blick auf die Alpen bietet sich direkt vorm Haus – bei guter Sicht sogar bis auf die Zugspitze. Das Haus bietet Platz für ca. 60 Gäste.

Wie an der bisherigen Entwicklung ersichtlich, ist Yoga Vidya ein ständig wachsendes Kollektiv und strebt auch zukünftig nach Expansion. Es bildet den Rahmen für eine Gemeinschaft, in der Menschen sich selbst verwirklichen und ein bewusstes Leben führen können.



**Sukadev Volker Bretz**  
Gründer und Leiter von  
des Yoga Vidya e.V.

**Yoga Vidya e.V.**  
Yogaweg 7  
D-32805 Horn-Bad Meinberg  
Tel. 05234/87-0

**Öffentlichkeitsarbeit  
und Pressearbeit:**  
Inka Aichinger  
Tel. 05234/87-2224

**Claudia Patzig**  
Tel.: 05234/87 2203

**Messe:**  
Nandi Hellmuth  
Tel. 05234/87-2435  
Mobil: 0176 / 349 563 40

**Mailkontakte:**  
presse@yoga-vidya.de  
messe@yoga-vidya.de

**Internet:**  
www.yoga-vidya.de

## Seminare, Ausbildungen und Therapie

Yoga Vidya ist der **größte Ausbilder von Yogalehrern** in Deutschland. In den vergangenen Jahren haben über **11.000 Teilnehmer** eine Yogalehrer-Ausbildung abgeschlossen. Die 2-jährige Ausbildung des Vereins wird von den Krankenkassen anerkannt. Ausgebildete Lehrer können Yoga Vidya Kooperationszentren gründen. Die Zahl der Zentren steigt jährlich. Inzwischen gibt es neben den **100 Zentren in ganz Deutschland** auch jeweils ein Zentrum in Österreich und eines in den Niederlanden.

Yoga Vidya bietet ein breites Spektrum von **Seminaren und Ausbildungen** an, die in der ganzheitlichen Tradition von Swami Sivananda stehen. In **2015** stehen mehr als **2800 Seminare** in den verschiedenen Häusern zur Wahl. Die Seminare sind zudem **familienfreundlich** gestaltet: Parallel zu Seminarangeboten für Erwachsene werden eigene Seminare für Kinder und Kinderbetreuung angeboten.

## Seminarhaus Shanti

Das Seminarhaus Shanti wurde **2010** eröffnet und gehört zum Gebäudekomplex des Yoga Vidya e.V. Bad Meinberg. Im Seminarhaus Shanti befinden sich die Abteilung der **Yoga-Therapie, Seminarräume** für Gastgruppen und das **Shivalaya Retreatzentrum**.

### Yoga-Therapie – die ganzheitlichen Methode zur Selbsthilfe

Bei dieser ganzheitlichen Methode arbeiten die Therapeuten daran die Selbstheilungskräfte des Patienten zu stärken und geben Methoden zur Selbsthilfe an die Hand. Damit steht den Gästen hier ein in Deutschland einzigartiges Angebot zur Verfügung.

### Seminarräume – multifunktional mit Atmosphäre

Des Weiteren können externe Dozenten und Gruppen die Räumlichkeiten des **Seminarhauses** mieten. Diese umfassen insgesamt 11 multifunktionale, rollstuhlgerechte Seminarräume (von 25 m<sup>2</sup> und 285 m<sup>2</sup>) für **5 bis 200 Personen** sowie eine Lehrküche. Ob für Seminare, Workshops, Retreats oder Kongresse – diese Räume bilden durch ihre geschützte Atmosphäre eine wunderbare Alternative zu einem Seminarhotel.

### Shivalaya Retreatzentrum – dem Himmel ganz nahe

Das Shivalaya ist ein **2011** entstandenes Retreatzentrum im Seminarhaus Shanti. Dort können Besucher in vollkommener Stille zu sich finden. Damit ist das Shivalaya der richtige Ort für Menschen, die schon gut mit Yoga und Meditation vertraut sind und ihre spirituelle Praxis in Ruhe vertiefen wollen.

[www.yoga-vidya.de/seminarhaus-shanti](http://www.yoga-vidya.de/seminarhaus-shanti)

## Das Yoga Vidya Programm hat folgende Schwerpunkte:

### Yoga und Meditation Einführungswochenende

Das Seminar bietet eine systematische Einführung ins Yoga. Erste Kenntnisse in Asanas (Körperübungen), Pranayama (Atemübungen) und Tiefenentspannung werden den Teilnehmern vermittelt. Daneben finden Vorträge zur Philosophie des Yoga und eine Einführung in die Meditation statt.

[www.yoga-vidya.de/yoga](http://www.yoga-vidya.de/yoga)

### Familienangebote

Kinderyoga-Seminare gibt es an Wochenenden und in Ferienzeiten für Kinder von 3 bis 6 Jahren, 7 bis 12 Jahren sowie für Jugendliche. Das Programm umfasst altersgerechte Angebote wie Spielen, Basteln, Singen, Yogastunden, Meditation und Naturerlebnisse.

Daneben werden Familienwochen rund um die Themen Yoga und Meditation angeboten. In Bad Meinberg gibt es bei Seminaren rund um die Uhr Betreuung für Kinder.

[www.yoga-vidya.de/kinder](http://www.yoga-vidya.de/kinder)

### Ayurveda (Bad Meinberg)

In Bad Meinberg wird das gesamte Spektrum des Ayurveda von erfahrenen Therapeuten angeboten. Während der Ausbildungen zum Ayurveda-Gesundheitsberater lernen die Teilnehmer Methoden der Krankheitsvorbeugung und Gesunderhaltung kennen.

[www.yoga-vidya.de/ayurveda](http://www.yoga-vidya.de/ayurveda)

### Yogatherapie (Bad Meinberg)

Yogatherapie ist die Anwendung der klassischen Yoga-Techniken auf konkrete Beschwerden. Die Klienten lernen ihre Selbstheilungskräfte eigenständig zu aktivieren. Yogatherapie wird als Einzelberatung, in Seminaren und als Kur-Paket angeboten. (siehe unten)

[www.yogatherapie-portal.de](http://www.yogatherapie-portal.de)

Yoga Vidya e.V.  
Yogaweg 7  
D-32805 Horn-Bad Meinberg  
Tel. 05234/87-0

Öffentlichkeitsarbeit  
und Pressearbeit:  
Inka Aichinger  
Tel. 05234/87-2224

Claudia Patzig  
Tel.: 05234/87 2203

Messe:  
Nandi Hellmuth  
Tel. 05234/87-2435  
Mobil: 0176 / 349 563 40

Maillkontakte:  
[presse@yoga-vidya.de](mailto:presse@yoga-vidya.de)  
[messe@yoga-vidya.de](mailto:messe@yoga-vidya.de)

Internet:  
[www.yoga-vidya.de](http://www.yoga-vidya.de)

## Yogalehrer-Ausbildungen (in den Seminarhäusern und den deutschlandweiten Centern)

Seit mehr als 15 Jahren bildet Yoga Vidya nach einem bewährten System Yogalehrer aus. Mit bisher über 11.000 ausgebildeten Yogalehrern ist Yoga Vidya europaweit führend. Die Ausbildung wird als 4-Wochen-Intensiv-Ausbildung, 2-Jahres- oder 3-Jahres-Ausbildung angeboten. Yogalehrer-Ausbildungen gibt es auch in den Stadtzentren und vielen Kooperationszentren.

[www.yoga-vidya.de/yogalehrer-ausbildung](http://www.yoga-vidya.de/yogalehrer-ausbildung)

## Übungsleiter-Ausbildungen und berufliche Weiterbildungen

Ob Ayurveda-GesundheitsberaterIn, AtemkursleiterIn, EntspannungskursleiterIn oder MeditationskursleiterIn – das Weiterbildungsangebot auf diesem Gebiet ist vielfältig und wird ständig erweitert.

[www.yoga-vidya.de/ausbildungen](http://www.yoga-vidya.de/ausbildungen)

## Kongresse & Festivals 2015

Mehrmals im Jahr finden im Seminarhaus in Bad Meinberg Kongresse & Festivals statt, die unter wechselnden Themen neue Entwicklungen in den Gesundheitssystemen Yoga und Ayurveda aufgreifen.

06. – 08. März 2015

8. Kinderyoga Kongress

14. – 17. Mai 2015

11. Yoga Vidya Musikfestival

13. – 15. November 2015

18. Yoga Kongress

[www.yoga-vidya.de/events](http://www.yoga-vidya.de/events)

Yoga Vidya e.V.

Yogaweg 7

D-32805 Horn-Bad Meinberg

Tel. 05234/87-0

Öffentlichkeitsarbeit  
und Pressearbeit:

Inka Aichinger

Tel. 05234/87-2224

Claudia Patzig

Tel.: 05234/87 2203

Messe:

Nandi Hellmuth

Tel. 05234/87-2435

Mobil: 0176 / 349 563 40

Mailkontakte:

[presse@yoga-vidya.de](mailto:presse@yoga-vidya.de)

[messe@yoga-vidya.de](mailto:messe@yoga-vidya.de)

Internet:

[www.yoga-vidya.de](http://www.yoga-vidya.de)



## Vernetztes Wissen

Das Wissen über Yoga wird von vielen Menschen und deren Erfahrungen gemeinsam getragen. Um diese Informationen zu sammeln, zu bündeln und weiter zu verteilen, betreibt Yoga Vidya mehrere Online-Portale. Mit umfassenden Beschreibungen, Erläuterungen, Artikeln zur Yoga Philosophie und Vorführungen von Asanas ist die Informationssammlung von Yoga Vidya die umfassendste Darstellung im deutschsprachigen Raum. Das Informationsangebot wird täglich durch neue Übungsvideos, Mitschnitte von Vorträgen oder Texte erweitert.

### Yoga Vidya im Internet:

Yoga Vidya Homepage:	<a href="http://www.yoga-vidya.de">www.yoga-vidya.de</a>
Yoga Vidya Wiki:	<a href="http://wiki.yoga-vidya.de">http://wiki.yoga-vidya.de</a>
Yoga Vidya Kinderyoga Community:	<a href="http://www.kinder-yoga.cc">www.kinder-yoga.cc</a>
Ayurveda Community:	<a href="http://www.ayurveda-community.net">www.ayurveda-community.net</a>
Yoga Vidya International:	<a href="http://my.yoga-vidya.org">my.yoga-vidya.org</a>
Youtube:	<a href="http://www.youtube.com/sukadev108">www.youtube.com/sukadev108</a>
Facebook:	<a href="http://www.facebook.com/YogaVidya">www.facebook.com/YogaVidya</a>



## Yogatherapie

Die Zahl der Menschen, die unter stressbedingten Symptomen wie Kopf- oder Rückenschmerzen, chronischen Beschwerden wie Asthma oder Hautkrankheiten oder psychischen Problemen bis hin zum Burn-Out-Syndrom leiden, steigt in unserer Gesellschaft von Jahr zu Jahr.

Die Yogatherapie im Haus Yoga Vidya verbindet jahrtausendealtes Yoga-Wissen mit modernen wissenschaftlichen Erkenntnissen und Therapieansätzen aus Schulmedizin und Psychologie. Sie gibt den Menschen wieder die Möglichkeit gut für sich selbst zu sorgen. Statt einmal wöchentlich einen Arzt aufzusuchen, um sich eine schmerzlindernde Spritze verabreichen zu lassen, erhält der Patient in der Yogatherapie ein ganzheitliches Übungs-Programm für den Alltag.

In der yogatherapeutischen Einzelberatung wird ein auf die persönlichen Bedürfnisse zugeschnittenes Yoga-Übungsprogramm entwickelt. So entsteht ein Programm, das der Übende auch zu Hause (z.B. in täglich 10 bis 15 Minuten Praxis) selbständig fortführen kann. Eine Einzelberatung dauert 60 bis 90 Minuten und besteht aus einem Gesprächsteil und einem Übungsteil.

### Yoga-Therapie Individual-Kuren

Die Yogatherapie Individual-Kur bietet Menschen die Möglichkeit zu flexiblen Zeiten das Kurangebot wahrzunehmen. Unter Anleitung von Yoga-Therapeuten lernen die Gäste Übungen kennen, die zu ihrem Beschwerdebild oder ihrem Anliegen passen. Am Ende der Kur verfügen sie dann über ein individuelles Übungsprogramm. Die Wirkung hat der Übende bereits im Rahmen seiner Kur erlebt, was die eigene Praxis zu Hause sehr erleichtert und motiviert. Eine Individual-Kur umfasst einen Aufenthalt von 7 Tagen und mindestens 3 Einzelsitzungen. Verlängerungen und Änderungen sind auf Wunsch des Kurgastes jederzeit möglich.

### Yoga-Therapie-Gruppenkuren

Die Yogatherapie-Gruppenkuren sind geeignet für Selbsthilfegruppen und Menschen mit ähnlichen Beschwerdebildern, die gemeinsam nach alternativen Möglichkeiten in Therapie und Praxis suchen. Die Anmeldung von Gruppen ist ab einer Mindestteilnehmerzahl von 5 Personen möglich. Der Ablauf der Kur richtet sich nach den Bedürfnissen der jeweiligen Gruppe. Mögliche Themen für Gruppenkuren: Anti-Stress-Kur, Tinnitus, Bronchitis, Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen, Reizdarm, Knie- oder Hüftprobleme, Diabetes, Gewichtsabbau, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Ängste etc.

Für Patienten mit chronischen Krankheiten oder Erkrankungen, bei denen nach heutigem Stand der Medizin keine Heilung möglich scheint, steht ein besonders intensives Kur-Programm zur Verfügung. Durch dieses sehr gezielte Programm kann häufig ein Stillstand oder sogar eine deutliche Besserung der Krankheit erreicht werden.

Yoga Vidya e.V.  
Yogaweg 7  
D-32805 Horn-Bad Meinberg  
Tel. 05234/87-0

Öffentlichkeitsarbeit  
und Pressearbeit:  
Inka Aichinger  
Tel. 05234/87-2224

Claudia Patzig  
Tel.: 05234/87 2203

Messe:  
Nandi Hellmuth  
Tel. 05234/87-2435  
Mobil: 0176 / 349 563 40

Maillkontakte:  
[presse@yoga-vidya.de](mailto:presse@yoga-vidya.de)  
[messe@yoga-vidya.de](mailto:messe@yoga-vidya.de)

Internet:  
[www.yoga-vidya.de](http://www.yoga-vidya.de)

## Yoga Vidya-Journal

Zweimal jährlich erhalten die Mitglieder der Berufsverbände das hauseigene Journal. Mit einer **Auflage von 20.000 Stück** werden nicht nur Informationen an die Verbandsmitglieder weitergegeben, auch Hausgästen und Messebesuchern wird das Journal kostenlos zur Verfügung gestellt. Es enthält Beiträge zu den Themen Yoga, Ayurveda, Gesundheit und Spiritualität.

## Yoga Vidya Berufsverbände

Folgende eigenständige Berufsverbände vertreten die Interessen ihrer Mitglieder, bündeln Informationen und führen Aus- und Weiterbildungen durch:

### Berufsverband der Yoga Vidya LehrerInnen e.V. (BYV)

Deutschlands zweitgrößter Yogalehrer-Verband.

### Berufsverband der Yoga Vidya Gesundheitsberater, Kursleiter und Therapeuten e.V. (BYVG)

Ziel des Verbandes ist die Verbreitung des Wissens, der Lehre, der Übungen und der Techniken von ganzheitlichem Yoga, Ayurveda, der vedischen Wissenschaften und verwandter Disziplinen.

### Berufsverband der Yoga und Ayurveda Therapeuten e.V. (BYAT)

Zusammenschluss von Therapeuten unterschiedlicher ganzheitlicher und alternativer Fachrichtungen.

## Yoga Vidya e. V. in Zahlen

### 4 Seminarhäuser:

- Teutoburger Wald – Horn-Bad Meinberg
- Westerwald – Döttesfeld
- Nordsee – Hornumersiel
- Allgäu – Maria Rain

7 vereinseigene Yoga-Zentren in Deutschland  
über 100 Kooperations-Zentren  
über 240 hauptberufliche Mitarbeiter  
bisher über 11.000 ausgebildete Yogalehrer in Deutschland

85.000 Übernachtungen jährlich in Bad Meinberg  
bei jährlich insgesamt mehr als 2800 angebotenen Seminaren

Yoga Vidya e.V.  
Yogaweg 7  
D-32805 Horn-Bad Meinberg  
Tel. 05234/87-0

Öffentlichkeitsarbeit  
und Pressearbeit:  
Inka Aichinger  
Tel. 05234/87-2224

Claudia Patzig  
Tel.: 05234/87 2203

Messe:  
Nandi Hellmuth  
Tel. 05234/87-2435  
Mobil: 0176 / 349 563 40

Mailkontakte:  
presse@yoga-vidya.de  
messe@yoga-vidya.de

Internet:  
www.yoga-vidya.de

## Kontakte im Überblick

### Pressekontakt

Yoga Vidya e. V.  
Inka Aichinger  
Yogaweg 7  
32805 Horn – Bad Meinberg  
Tel.: +49 (0) 5234/ 87 – 2224  
Fax: +49 (0) 5234/ 87 – 1880  
presse@yoga-vidya.de

Claudia Patzig  
Tel.: +49 (0) 5234/87 2203  
Claudia.patzig@yoga-vidya.de

### Messekontakt

Yoga Vidya e. V.  
Nandi Hellmuth  
Yogaweg 7  
32805 Horn – Bad Meinberg  
Tel.: +49 (0) 5234/ 87 – 2435  
Mobil: 0176 / 349 563 40  
Fax: +49 (0) 5234/ 87 – 1880  
messe@yoga-vidya.de