

# Yoga Vidya Köln

2025

Januar - Juli



Yoga Vidya e. V., Lübecker Str. 8-10  
50668 Köln, 0179 3667 793  
[koeln@yoga-vidya.de](mailto:koeln@yoga-vidya.de)  
[www.koeln.yoga-vidya.de](http://www.koeln.yoga-vidya.de)

# Tag der offenen Tür

**Sonntag, 12. Januar 2025**

Programmablauf

- 14.30-15:45 Uhr: Yogastunde (Anfänger/Mittelstufe/ Fortgeschrittene) 60 min.
- 14.30-15:45 Uhr: Infotermin zur Yogalehrerausbildung 2025
- 16:00-17:00 Uhr: Yogastunden (YLA Interessenten, Anfänger/Mittelstufe, Mittelstufe/Fortgeschrittene) 60 m
- 18:30-ca. 21 Uhr: Jubiläumssatsang mit **Sukadev**, Cornelia, Yogesh, Debashsish,, Lichtzeremonie

Alles kostenlos! Ohne Anmeldung!

Rabatte für Zehnerkarten, Kurse, Abos (bei Barzahlung).

## Yogalehrerausbildung

**Start: Montag, 20. Januar 2025**

Die 2 jährige Yogalehrerausbildung 2025, beginnt am 20.01.2025. Dies ist eine wunderbare Gelegenheit, tiefer und intensiver ins Yoga mit all seinen verschiedenen Aspekten einzutauchen. Du entwickelst Körpergefühl, innere Stärke und Balance, körperliche Gesundheit, positive Emotionen und geistige Klarheit. Die Ausbildungsgruppe ist eine Gruppe Gleichgesinnter, mit der Du Wachstumsprozesse erfolgreich durchschreitest. Das Beste, was man in dieser Zeit machen kann.

**Info-Termine: Di 07.01.25, 18:15 Uhr  
Uhr; So 12.01.25, 14:30 - 17:30 Uhr;  
Di 14.01.25, 20:00 Uhr**

## Yoga I Anfängerkurse\*

Donnerstag 16.01.-13.03. 18:00-19:30 Uhr

Mittwoch 12.03.-30.04. 19:00-20:30 Uhr

Donnerstag 22.05.-24.07. 18:00-19:30 Uhr

## Yoga II Aufbaukurse\*

Montag 13.01.-10.03. 18.30-20.00 Uhr

Mittwoch 15.01.-05.03. 19:00-20:30 Uhr

Montag 17.03.-12.05. 18.30-20.00 Uhr

Donnerstag 20.03.-15.05. 18:00-19:30 Uhr

Mittwoch 07.05.-25.06. 19:00-20:30 Uhr

## Spezielle Kurse

### Hatha Yin Yoga mit Michael\*

Montag 13.01.-10.03. 18:15-19:45 Uhr

Montag 17.03.-12.05. 18:15-19:45 Uhr

Montag 19.05.-14.07. 18:15-19:45 Uhr

### Hatha Rücken Yoga mit Vedamurti\*

Dienstag 14.01.-04.03. 18:15-19:45 Uhr

Dienstag 11.03.-29.04. 18:15-19:45 Uhr

Dienstag 06.05.-24.06. 18:15-19:45 Uhr

### Hormonyoga mit Prema Shakti

Dienstag 14.01.-04.03. 20:00-21:30 Uhr

### Vedanta Einführung mit Katrin und German

Donnerstag 16.01.-13.03. 18:30-20 Uhr

### Berufung mit Shantyananda

Mittwoch 22.01.-12.03. 18:15-19:45 Uhr

### Stressbewältigung mit Atmapriya

Freitag 07.03.-04.04 18:30-20 Uhr

### Heilung und Erneuerung mit Shantyananda

Mittwoch 19.03.-21.05. 18:15-19:45 Uhr

\* Mit Bescheinigung für Krankenkassen

# Workshops

## **Jyotisha mit Bernd Rößler**

Freitag, 17.01., 19 - 21 Uhr und

Samstag, 18.01., 9 - 17 Uhr

## **Harmonium spielend lernen mit Jürgen Wade**

Sonntag, 02.02., 10-15 Uhr

## **Yoga Nidra - Eine Reise in tiefe Entspannung und Bewusstseins-erweiterung - auch online mit Mery**

Sonntag 16.03., 14-16:30 Uhr

## **Taittiriya-Upaniṣad - Dritter Abschnitt mit Sw. Tattvarūpananda**

Sonntag, 06.04., 10-17 Uhr

## **Emotionale Balance und Yoga mit Sw. Tattvarūpananda**

Montag, 07.04., 18:30-20:30 Uhr

## **Bhagavad Gita - Yoga des unvergänglichen Brahman mit Sw. Tattvarūpananda**

Donnerstag, 10.04., 18:30-20:30 Uhr

## **Vielfalt - Hatha Yoga**

### **Weiterbildungsreihe mit Kay Cantu**

Fr 09.05., 18-21 Uhr, Sa 10.05., 10-13 Uhr,

Sa 10.05., 14-17 Uhr

# Jahresgruppen

## **Bhagavad Gita Jahresgruppe mit Vedamurti**

15 Termine, 15.01.-10.12.,

Mittwoch, 19-21 Uhr

## **Mundakopanisad II Jahresgruppe mit Vedamurti**

15 Termine, 22.01.-03.12.,

Mittwoch, 19-21 Uhr

## **Infotermin**

Mittwoch 08.01., 19 Uhr

# Vollmondkirtansingen

Sonntag, 12.01., 18:30- ca. 21 Uhr

Sonntag, 09.02., 19:15- ca. 21 Uhr

Sonntag, 16.03., 19:15- ca. 21 Uhr

Sonntag, 13.04., 19:15- ca. 21 Uhr

Sonntag, 11.05., 19:15- ca. 21 Uhr

Samstag, 21.06., 19:00- ca. 21:50 Uhr  
(am Rheinufer)

- kostenlos, Spenden sind willkommen!

# Satsang

Jeden Sonntag, 19:15 Uhr, außer an Feiertagen. Meditation, Kirtansingen, Lichtzeremonie.

# Weitere Angebote

- Fußreflexzonenmassage mit Devaki
- Psychologische Yogatherapie mit Shantyananda
- Coaching mit Vedamurti
- Verschiedene Vedanta Jahresgruppen

Mehr Informationen auf der Webseite [www.koeln.yoga-vidya.de](http://www.koeln.yoga-vidya.de)



# Offene Stunden

Komme zum Yoga, ohne  
Anmeldung. Jeweils 90 Min.  
Atemübungen, Yogastellungen,  
Tiefenentspannung.

Probestunde ist kostenlos.  
Ermäßigung für Schüler, Azubis,  
Studenten, Mitglieder.

	normal	ermäßigt
Einzelne Stunde	12 €	10 €
Für Kursteilnehmer	5 €	5 €
Zehnerkarte	98 €	90 €
Monatskarte	65 €	54 €
Jahresabo	425 €	375 €
Abo in monatl. Raten	43 €	38 €

Mo	Di	Mi	Do	Fr	So
				10:00 R-YIN	
	18:15 M	18:15 YIN		12:15 R-YIN	17:30 A/M + M/F
18:30 A/M	18:15 RÜCKEN	19:00 A/M	18:00 A		19:15 SATSANG
	20:00 YIN 105 MIN	20:00 YIN			

A Anfänger, M Mittelstufe, F Fortgeschrittene R YIN Restorativ Yin  
Satsang: Meditation, Mantrasingen, Ritual

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

Yoga Vidya e. V. IBAN DE58 3705 0198 0041 2420 25