

## Ayurveda- & Naturheilpraxis

Ayurveda ist das älteste überlieferte Gesundheitssystem. Lass dich von uns mit einer Massage verwöhnen oder nutze unsere vielfältigen Beratungs- und Yoga-Therapie-Angebote im Bereich Gesundheit, Ernährung aber auch der persönlichen Entwicklung sowie der Sinn- und Zielfindung im Leben.

## Yoga Vidya Speyer

Shakti Simone Lehner  
Maheshwara Manfred Lehner  
St.-German-Str.1  
67346 Speyer

Telefon 06232/670557  
speyer@yoga-vidya.de

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



YOGA  
Vidya  
Speyer



*Yoga, Ayurveda & Meditation*  
im Herzen von Speyer und weltweit

## Yoga-Urlaub

Unsere Reisen sind ein Abenteuer der Begegnung, der Freude, des Entdeckens, der Leichtigkeit, der Besinnung, des Staunens und des So-Sein-Lassens.

*“Ein paar Tage oder Wochen mit Menschen auf diese Weise unterwegs, erkenne ich mehr über mich und das Leben als in einem ganzen Jahr auf dem Kissen oder an der Universität“*  
Shakti



## Offene Yogastunden

Vor Ort und Live-Online

Flexibel zum Yoga, vielseitig für alle Level, last minute buchbar – mit Einzelticket, 5er-, 10er- oder Monatskarte.

## Offene Stunden Premium Dein Yoga-Abo

- unbegrenzt offene Yogastunden wann immer du Zeit und Lust hast
- 50 % Ermäßigung auf alle Kurse und 20 % Ermäßigung auf alle Workshops

Den Wochenplan findest du auf unserer Website.



## Workshops & Seminare

Ruhe-Insel, Auszeit, neue Inspiration und Nahrung für die Seele. Mit uns und Gastlehr\*innen aus der ganzen Welt:

Innere Aufrichtung mit Lila Conway,  
Vinyasa Flow & funktionelle Anatomie mit Jamie Clark,  
Gewaltfreie Kommunikation mit Petra Schön,  
Chakra-Reise, Chakra-Heilung, Starke Mitte,  
Iceman & Superwoman Outdoors, Herbstfasten,  
Zeit für Stille, Kundalini Intensiv

## Moving Forward

Dich mit uns aus- und weiterbilden:

Yogalehrer\*in  
Hormonyoga Therapie  
Mantrayogalehrer\*in  
Kinderyoga-Übungsleiter\*in  
Meditationskursleiter\*in  
Yoga Nidra  
Functional Vinyasa Flow  
Yin Yogalehrer\*in

## Präventions- und andere Kurse

Deine feste Verabredung mit dir selbst – in einer festen Gruppe und i. d. R. mit Kostenbeteiligung durch die Krankenkasse:

Yoga-Grund- und Aufbaukurse, Rücken-Yoga, Yin Yoga, Männer-Yoga, Hormonyoga, Meditation, Achtsamkeit und MBSR, Yoga Nidra, Kundalini Yoga, Yoga für Schwangere, Yoga mit Klang, Yoga nach der Arbeit, Yoga für Kinder, Golden Yoga, Feldenkrais.