

Ayurveda

Ayurveda-Anwendungen

Für die ayurvedischen Massagen und Anwendungen können Sie jederzeit einen Termin vereinbaren. Alle Möglichkeiten dafür finden Sie im Hauptflyer oder unter www.yoga-vedanta-haus.de



Ayurvedische Ernährungs- und Gesundheitsberatung

Man ist, was man isst! Über die Nahrung haben Sie einen erheblichen Einfluss auf Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden.



Individuelle Konstitutionsbestimmung, maßgeschneiderte Lebensmittel- und Gewürzempfehlungen für Ihren Typ!

Termine nach Vereinbarung.

Energearbeit



Für die Körperarbeit, Energearbeit mit Steinen und Klanggabeln, sowie auch die ELISE-MILA Heilbehandlung kann jederzeit ein Termin vereinbart werden!

Mehr Info unter www.yoga-vedanta-haus.de

Medizinrad

Der Medizinrad-Kurs besteht aus 8 Einzeltagen über das Jahr verteilt u. einem 5tägigen Seminar. Mehr Info unter www.yoga-vedanta-haus.de oder auf dem Flyer

Infoabende für die Ausbildung 2018

Freitag	20. 10. 2017	19.00 Uhr
Freitag	17. 11. 2017	19.00 Uhr



Abschalten vom Alltag und Kraft tanken

YOGA und WANDERN im BAYERISCHEN WALD

Von Freitag, 29. 09. bis Sonntag, 01. 10. 2017

Ein Wochenende zum Eintauchen und Kraft tanken. Erholung für Körper, Geist und Seele. Yoga, ausgedehnte Wanderungen im wunderschönen Sonnenwaldgebiet, 2 Übernachtungen mit köstlicher, ayurvedischer, vegetarischer Verpflegung.

Mehr Info finden Sie auf unserem Flyer oder unter www.yoga-vedanta-haus.de

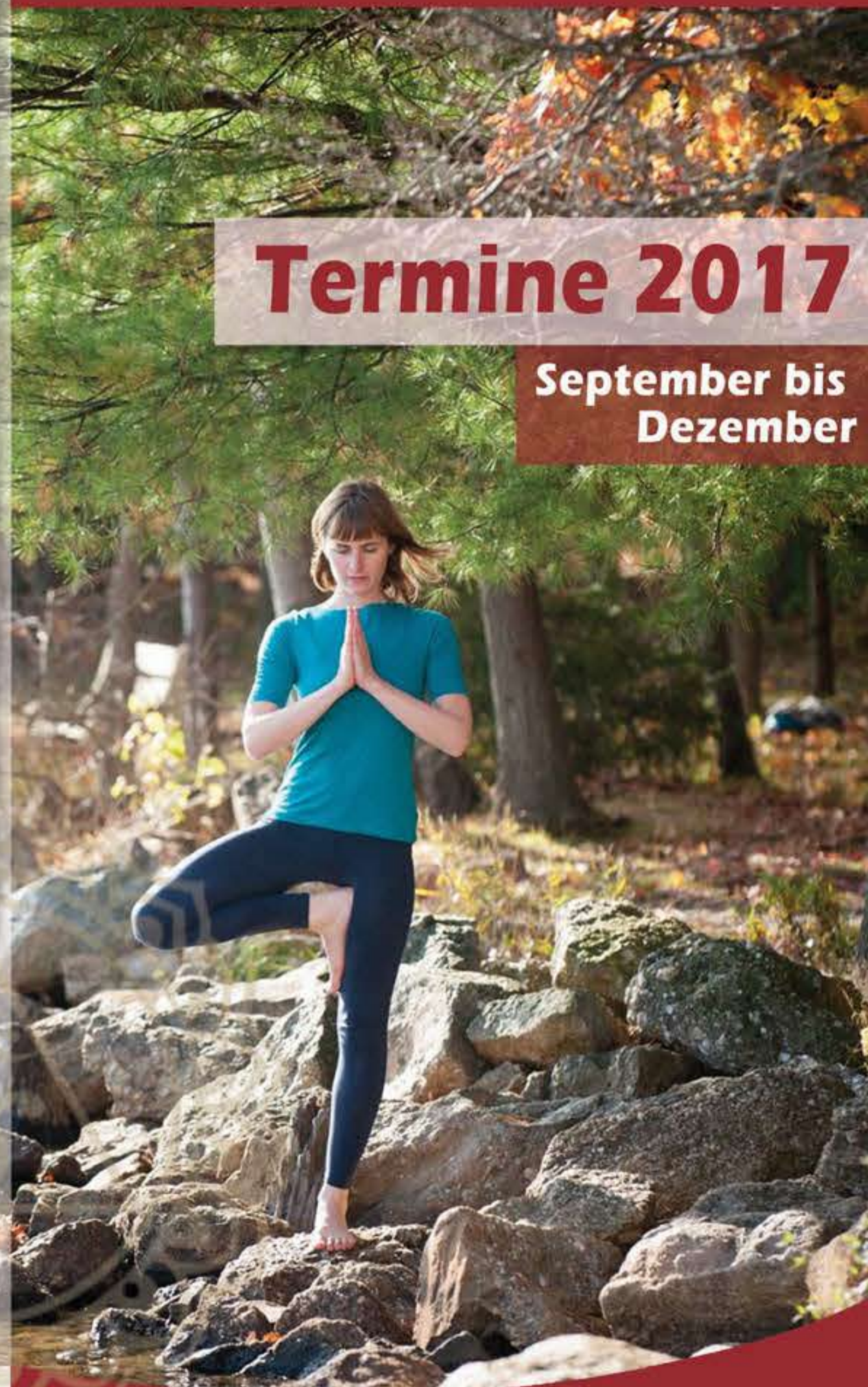


Marienplatz 8 · D-94572 Schöfweg
Tel.: 09908 871 55 -1
Fax: 09908 871 55 -3
www.yoga-vedanta-haus.de
info@yoga-vedanta-haus.de

yoga - ayurveda - massagen - kochschule - medizinrad

Termine 2017

September bis Dezember



1 Tag für mich und meine Seele

Sonntag 19. 11. 2017 10.00 - ca. 17.00 Uhr

Genießen Sie diesen Tag für sich und lassen Sie sich in ihrer Seele berühren. Wir verbringen zusammen einen Tag mit leichten Yogaübungen, Atemtechniken und Meditationen. Erfahren die Energien der Klangschalen, singen verschiedene Mantras und spüren deren Wirkung in unseren Körpern. Auf diese Weise gelangen wir zu innerer Ruhe und Frieden.



Mit vegetarischem, biologischem Mittagessen, Getränken und Verpflegung zwischen-durch für einen Energieausgleich von 95,- €.

Gong-Meditation mit Marcus Fritz

Sa. 09.12.2017, 19:00 Uhr, Eintritt: 20,- €

Gongs haben das größte Klangspektrum aller Instrumente. Die Klänge der Gongs unterstützen uns dabei alte Strukturen zu überwinden und helfen uns in Einklang mit Körper, Geist und Seele zu kommen. Sie wirken auf Zellebene und bringen den Körper in eine sehr tiefe Entspannung. Gehirnwellen verlangsamen sich, Gedanken kommen zum Stillstand. So können sich Körper und Geist vollkommen entspannen u. einen effektiv wirksamen Abbau von Stress einleiten. Mehr Infos zu Marcus Fritz finden Sie auf www.cosmicfire.dance

Verbindliche Anmeldung bis 04. Dezember 2017, danach nur noch auf Anfrage

Schenken macht Freude

...und tut der Seele gut! Wir bieten Gutscheine für unser komplettes Angebot.



Zu den Kursen bitte mindestens 1 Woche vorher anmelden.

6-Wochen Kurse (à 90 Minuten): 66,00 €
 6-Wochen Kurse (à 60 Minuten): 39,00 €
 Yoga Einzelunterricht
 pro Std (à 90 Minuten): 60,00 €
 Offene Stunde: 13,00 €
 Hormonyoga-Übungsstunde: 13,00 €
 10er-Karte für Fortgeschrittenen-Std.
 (1 Jahr gültig): 120,00 €
 Satsang: freiwillige Spende

Eine versäumte Stunde pro Kurs kann als kostenlose offene Stunde nachgeholt werden. Bitte lockere und helle Kleidung anziehen und ein bis zwei Stunden vorher keine größere Mahlzeit einnehmen. Ein Einstieg in die Kurse, sowie eine kostenlose Probestunde sind jederzeit möglich. Rufen Sie einfach an.

Yoga-Stunden ohne Voranmeldung

Offene Stunden für Jeden, 90 Minuten Yogapraxis

Montag	04. 09. 17	19.30 Uhr
Dienstag	05. 09. 17	09:00 Uhr
Sonntag	22. 10. 17	18.00 Uhr
Sonntag	12. 11. 17	18.00 Uhr
Sonntag	03. 12. 17	18.00 Uhr

Satsang: Meditation, Vortrag, Mantra & Kirtan singen

Sonntag	22. 10. 17	19.45 Uhr
Sonntag	12. 11. 17	19.45 Uhr
Sonntag	03. 12. 17	19.45 Uhr

Yoga für alle Altersgruppen

Ab September und November

Yogakurse ab September 2017

Montags	Dienstags	Mittwoch	Donnerstags
11./ 18./ 25. 09./ 16./ 23. Sept Okt	12./ 19./ 26. 10./ 17./ 24. Sept Okt	13./ 20./ 27. 11./ 18./ 25. Sept Okt	14./ 21./ 28. 12./ 19./ 26. Sept Okt
09.00 Yoga Fortgeschrittene	08.30 Yoga Sanft Sanftes Yoga, auch bei Bewegungseinschränkungen	09.00 Yoga Fortgeschrittene	
	10.15 Yoga I, Anfängerkurs	15.00 Yoga für Kinder (5 - 8 jährige)	
		16.15 Yoga für Kinder (9 - 12 jährige)	16.15 Yoga Teens (13 - 17 jährige)
17.45 Yoga Fortgeschrittene	17.45 Yoga I, Anfängerkurs	17.45 Yoga 60+ Yoga in den späteren Lebensjahren, bzw. bei Bewegungseinschränkungen	17.45 Yoga Fortgeschrittene
	19.30 Yoga Fortgeschrittene	19.30 Yoga III, Aufbaukurs	19.30 Yoga Fortgeschrittene



Diese markierten Kurse (12 Yogaeinheiten à 90 Min., jew. 6 Einheiten im Sept. und Nov.) sind als Präventionskurse zertifiziert und von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannt.

Yogakurse ab November 2017

Montags	Dienstags	Mittwoch	Donnerstags
06./ 13./ 20./ 27. 04./ 11. Nov Dez	07./ 14./ 21./ 28. 05./ 12. Nov Dez	08./ 15./ 22./ 29. 06./ 13. Nov Dez	09./ 16./ 23./ 30. 07./ 14. Nov Dez
09.00 Yoga Fortgeschrittene	08.30 Yoga Sanft Sanftes Yoga, auch bei Bewegungseinschränkungen	09.00 Yoga Fortgeschrittene	
	10.15 Yoga II, Weiterführung	15.00 Yoga für Kinder (5 - 8 jährige)	
		16.15 Yoga für Kinder (9 - 12 jährige)	16.15 Yoga Teens (13 - 17 jährige)
17.45 Yoga Fortgeschrittene	17.45 Yoga II, Weiterführung	17.45 Yoga 60+ Yoga in den späteren Lebensjahren, bzw. bei Bewegungseinschränkungen	17.45 Yoga Fortgeschrittene
19.30 Yoga I, Anfängerkurs	19.30 Yoga Fortgeschrittene		19.30 Yoga Fortgeschrittene



Hormonyoga

Hormonyoga-Übungsstunden

für alle, die die Übungen bereits kennen! Bitte jeweils bis spätestens 1 Tag vor der Übungsstunde anmelden!

Fr	15. 09. 17	19.30 Uhr
Sa	21. 10. 17	19.30 Uhr
Fr	01. 12. 17	19.30 Uhr



Hormonyoga-Seminar

In einem 2-tägigen Wochenend-Seminar lernen Sie die Übungsreihe nach Dinah Rodrigues kennen. Verbindliche Anmeldung bis zum 09.03.18. Energieausgleich: 220,- €, inkl. köstlichem, ayurved., biolog. Essen, ausführlichem Skript u. Übungsplakat. Für mehr Info fordern Sie bitte unseren Hauptflyer an oder lesen Sie mehr unter www.yoga-vedanta-haus.de

Sa/So 17.03. und 18.03.18 10:00 - 17:00 Uhr

Workshops

Grundlagen für den Kopfstand mit Andreas Heigl

Übungen für den Kopfstand als Grundlage, Muskeltraining, individuelle Korrektur, gezieltes Üben unter der sicheren Anleitung eines erfahrenen Lehrers.

Verbindliche Anmeldung bis zum 19. 11. 2017
 Energieausgleich: 120 Min. 21,- €

Samstag, 25. November 10.00 - 12.00 Uhr

Kopfstand-Workshop mit Andreas Heigl

Für alle mit Kopfstand-Grundkenntnissen: 8 Aufbauschnitte, persönliche Hilfestellung, individuelle Kopf- und Handkorrektur, korrekte Körperhaltung, Gezieltes Üben unter der sicheren Anleitung eines erfahrenen Lehrers.

Verbindliche Anmeldung bis zum 20. 11. 2017
 Energieausgleich: 120 Min, 21,- €

Sonntag, 26. November 10.00 - 12.00 Uhr

Yoga Intensiv mit Andreas Heigl

Langes Halten der Stellungen u. Atemübungen (Pranayama) verbunden mit Achtsamkeit und Konzentration ermöglichen es, die Energien im Körper zu verstärken.

Verbindliche Anmeldung bis zum 09. 10. 2017
 Energieausgleich: 150 min. 26,- €

Sonntag, 15. Oktober 09.30 - 12.00 Uhr

