

## Medizinrad

Der Medizinrad-Kurs besteht aus 8 Einzeltagen über das Jahr verteilt u. einem 5tägigen Seminar. Mehr Info unter [www.yoga-vedanta-haus.de](http://www.yoga-vedanta-haus.de) oder auf unserem Flyer.

### Infoabende für die Ausbildung 2019

Sonntag	30. 09. 2018	19.00 Uhr
Freitag	09. 11. 2018	19.00 Uhr



## 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](http://www.yoga-vedanta-haus.de)

## Gong-Meditation mit Marcus Fritz

Fr. 06.04.2018, 19.00 Uhr  
Fr. 03.08.2018, 20.00 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](http://www.cosmicfire.dance)  
Verbindliche Anmeldung bis 01. April, bzw. 27. Juli, danach nur noch auf Anfrage

## Abschalten vom Alltag und Kraft tanken

### YOGA und WANDERN im BAYERISCHEN WALD

Von Freitag, 08. 06. bis Sonntag, 10. 06. 2018

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](http://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](http://www.yoga-vedanta-haus.de)  
[info@yoga-vedanta-haus.de](mailto:info@yoga-vedanta-haus.de)

yoga - ayurveda - massagen - kochschule - medizinrad

## Termine 2018

April bis September



## Vegetarische Kochschule

Kochkurse zu ganz verschiedenen Themen wie: Ayurvedische Küche, Kochen mit Hülsenfrüchten, Indische Küche, Vegane Küche,....

Mehr Info unter [www.yoga-vedanta-haus.de](http://www.yoga-vedanta-haus.de) oder fordern Sie das neue Programm per Mail oder Telefon an.

## Workshops

**Grundlagen f. 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 13. 04. 2018  
Energieausgleich: 120 Min. 21,- €

Samstag, 21. April 10.00 - 12.00 Uhr

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

Verbindliche Anmeldung bis zum 13. 04. 2018  
Energieausgleich: 120 Min, 21,- €

Sonntag, 22. April 10.00 - 12.00 Uhr



## Schenken macht Freude

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



Zu den Kursen bitte mindestens 1 Woche vorher anmelden.

5-Wochen Kurse (à 90 Minuten):	55,00 €
5-Wochen Kurse (à 60 Minuten, Ki+Ju):	32,50 €
7-Wochen Kurse (à 90 Minuten):	77,00 €
7-Wochen Kurse (à 60 Minuten, Ki+Ju):	45,50 €
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

Donnerstag	05. 04. 18	19.30 Uhr
Sonntag	08. 04. 18	18:00 Uhr
Sonntag	29. 04. 18	18.00 Uhr
Sonntag	03. 06. 18	18.00 Uhr
Sonntag	08. 07. 18	18.00 Uhr
Sonntag	09. 09. 18	18.00 Uhr

#### Satsang: Meditation, Vortrag, Mantra & Kirtan singen

Sonntag	08. 04. 18	19:45 Uhr
Sonntag	29. 04. 18	19:45 Uhr
Sonntag	03. 06. 18	19:45 Uhr
Sonntag	08. 07. 18	19:45 Uhr
Sonntag	09. 09. 18	19:45 Uhr

# Yoga für alle Altersgruppen

Ab April und Juni

## Yogakurse ab April 2018

Montags	Dienstags	Mittwoch	Donnerstags
09./ 16./ 23. 07./ 14. April Mai	10./ 17./ 24. 08./ 15. April Mai	11./ 18./ 25. 09./ 16. April Mai	12./ 19./ 26. 03./ 17. April Mai
09.00 Yoga Fortgeschrittene	09.00 Yoga II, Weiterführung	09.00 Yoga Fortgeschrittene	
		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 Sanft Sanftes Yoga, auch bei Bewegungseinschränkungen	17.45 Yoga Fortgeschrittene
19.30 Yoga III, Aufbaukurs	19.30 Yoga Fortgeschrittene	19.30 Yoga Fortgeschrittene	19.30 Yoga Fortgeschrittene

Zertifizierte Präventionskurse, die von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannt sind bestehen aus 12 Yogaeinheiten à 90 Min. (Kurse ab April und Juni zusammengefasst), mit  markiert.

## Yogakurse ab Juni 2018

Montags	Dienstags	Mittwoch	Donnerstags
04./ 11./ 18./ 25. 02./ 09./ 16. Juni Juli	05./ 12./ 19./ 26. 03./ 10./ 17. Juni Juli	06./ 13./ 20./ 27 04./ 11./ 25. Juni Juli	07./ 14./ 21./ 28. 05./ 12./ 26. Juni Juli
09.00 Yoga Fortgeschrittene	09.00 Yoga III, Aufbaukurs	09.00 Yoga Fortgeschrittene	
		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 Sanft Sanftes Yoga, auch bei Bewegungseinschränkungen	17.45 Yoga Fortgeschrittene
19.30 Yoga I, Anfängerkurs	19.30 Yoga Fortgeschrittene	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	27. 04. 18	19.30 Uhr
Fr	18. 05. 18	19.30 Uhr
Fr	29. 06. 18	19.30 Uhr
Fr	27. 07. 18	19.30 Uhr
Fr	07. 09. 18	19.30 Uhr



### Hormonyoga-Seminar

In einem 2-tägigen Wochenend-Seminar lernen Sie die Übungsreihe nach Dinah Rodrigues kennen. Verbindliche Anmeldung bis zum 25.01.19. 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](http://www.yoga-vedanta-haus.de)

Sa/So 09.02. und 10.02.19 10:00 - 17.00 Uhr

## 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](http://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.

