

Abschalten vom Alltag und Kraft tanken

YOGA und WANDERN im BAYERISCHEN WALD

Von Freitag, 10. 05. bis Sonntag, 12. 05. 2019

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 u. biologischer Verpflegung.



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

1 TAG für MICH und MEINE SEELE

Sonntag 27. 01. 2019 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,- €.

Schenken macht Freude

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



Termine 2019

Januar bis April

Gong-Meditation mit Marcus Fritz

Fr. 01.02.2019, 19.00 Uhr Eintritt: 20,- €

Über das große Klangspektrum, die Wirkung der Gongs und den Ablauf der Gong-Meditation finden sie Infos unter www.yoga-vedanta-haus.de

Mehr Infos zu Marcus Fritz finden Sie auf www.cosmicfire.dance



Verbindliche Anmeldung bis 28. Januar 2019, danach nur noch auf Anfrage.



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



Vegetarische Kochschule

Kochkurse zu ganz verschiedenen Themen wie:

Ayurvedische Küche, Kochen mit Hülsenfrüchten, Indische Küche, Vegane Küche,....

Mehr Informationen finden Sie unter www.yoga-vedanta-haus.de oder fordern Sie das kommende Programm per Mail oder Telefon an.



Energiewerk



Für die Körperarbeit, Energiewerk 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 und einem 5tägigen Seminar.



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



Infoabende für die Ausbildung 2020

Sonntag	29. 09. 2019	19.00 Uhr
Freitag	08. 11. 2019	19.00 Uhr

Zu den Kursen bitte mindestens 1 Woche vorher anmelden.

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

Donerstag	03. 01. 19	19:30 Uhr
Sonntag	06. 01. 19	18:00 Uhr
Sonntag	17. 02. 19	18:00 Uhr
Sonntag	31. 03. 19	18:00 Uhr

Satsang: Meditation, Vortrag, Mantra & Kirtan singen


Sonntag	06. 01. 19	19:45 Uhr
Sonntag	17. 02. 19	19:45 Uhr
Sonntag	31. 03. 19	19:45 Uhr

Yoga für alle Altersgruppen

Ab Januar und März

Yogakurse ab Januar 2019

Montags	Dienstags	Mittwoch	Donnerstags
07./ 14./ 21./ 28. 04./ 11./ 18. Jan. Feb.	08./ 15./ 22./ 29. 05./ 12./ 19. Jan. Feb.	09./ 16./ 23./ 30. 06./ 13./ 06. Jan. Feb. März	10./ 17./ 24./ 31. 07./ 14./ 07. Jan. Feb. März
09.00 Yoga Fortgeschrittene	08.30 Yoga III, Aufbaukurs	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 II, Weiterführung	17.45 Yoga I, Anfängerkurs	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 Januar und März zusammengefasst), mit  markiert.

Yogakurse ab März 2019

Montags	Dienstags	Mittwoch	Donnerstags
11./ 18./ 25. 01./ 08. März April	12./ 19./ 26. 02./ 09. März April	13./ 20./ 27. 03./ 10. März April	14./ 21./ 28. 04./ 11. März April
09.00 Yoga Fortgeschrittene		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 III, Aufbaukurs	17.45 Yoga II, Weiterführung	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	04. 01. 19	19.30 Uhr
Fr	08. 02. 19	19.30 Uhr
Fr	08. 03. 19	19.30 Uhr
Fr	05. 04. 19	19.30 Uhr



Hormonyoga-Seminar

In einem 2-tägigen Wochenend-Seminar lernen Sie die Übungsreihe nach Dinah Rodrigues kennen. Verbindliche Anmeldung bis zum 28.01.19. 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

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



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.

