

Energiearbeit

Für die Körperarbeit, Energiearbeit 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 2021

Sonntag	27. 09. 2020	19.00 Uhr
Freitag	23. 10. 2020	19.00 Uhr

Vegetarische Kochschule

Kochen mit Hülsenfrüchten (Basiskurs)

Tauchen Sie ein in die Vielfalt der Hülsenfrüchte und genießen Sie an diesem Abend ein Menü komplett aus diesen gesunden Eiweißlieferanten. Sie werden staunen, was sich aus ihnen alles zaubern lässt. Anna gibt Ihnen Tipps für das Kochen und Keimen von Hülsenfrüchten und erklärt Ihnen, warum diese so wichtig für eine gesunde Ernährung sind.



Freitag, 09. Oktober 2020 17:00 - ca. 21.30 Uhr

Einführung in die ayurvedische Küche

Die ayurvedische Küche ist mehr als Kochen mit Gewürzen. An diesem Abend erfahren Sie Grundlegendes über die Heilkraft der ayurvedischen Küche und wie Sie mit Ayurveda gesund bleiben oder es wieder werden. Anna zeigt Ihnen worauf es beim ayurvedischen Kochen ankommt.

Samstag, 10. Oktober 2020 17:00 - ca. 21.30 Uhr

Die Koch-Events finden in kleinen Gruppen mit maximal 12 Personen statt.

Energieausgleich: 59,- € (inklusive Speisen, Getränke, Unterlagen und Rezepte)

Gong-Meditation mit Marcus Fritz

Fr., 24.04.2020, 19.00 Uhr oder
Fr., 25.09.2020, 19.00 Uhr oder
Fr., 27.11.2020, 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 5 Tage zuvor, 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

yoga - ayurveda - massagen - kochschule - medizinrad



Termine 2020

April bis September

Abschalten vom Alltag und Kraft tanken

YOGA und WANDERN im SONNENWALD

Von Freitag, 15. 05. bis Sonntag, 17. 05. 2020

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

KLASSISCHE SIVANANDA YOGA MEDITATION - Kurs 3

Mit Meditation zur inneren Ruhe

Eine wertvolle Hilfe für emotionales Gleichgewicht und geistigen Frieden. Baue mit Meditationen Alltagsstress und Hektik ab. Diese Einführung in die grundlegenden Techniken ermöglicht einen einfachen Start in die eigene Meditationspraxis!



Mi., 22.04., 06.05., 13.05., 20.05., 27.05.
jeweils von 17.30 - 19.00 Uhr

Energieausgleich: 65,- €

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 €

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 innerhalb eines Kalenderjahres 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

Sonntag	26. 04. 20	18:00 Uhr
Sonntag	24. 05. 20	18:00 Uhr
Sonntag	28. 06. 20	18:00 Uhr
Sonntag	19. 07. 20	18:00 Uhr
Sonntag	20. 09. 20	18:00 Uhr

Satsang: Meditation, Vortrag, Mantra & Kirtan singen

Sonntag	26. 04. 20	19:45 Uhr
Sonntag	24. 05. 20	19:45 Uhr
Sonntag	28. 06. 20	19:45 Uhr
Sonntag	19. 07. 20	19:45 Uhr
Sonntag	20. 09. 20	19:45 Uhr

Yoga für alle Altersgruppen

Ab April und Juni

Yogakurse ab April 2020

Montags	Dienstags	Mittwoch	Donnerstags
27. April 04./ 11./ 18./ 25. Mai	28. April 05./ 12./ 19./ 26. Mai	22. April 06./ 13./ 20./ 27. Mai	23. April 07./ 14./ 21./ 28. Mai
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 Sanft Sanftes Yoga, auch bei Bewegungseinschränkungen	17.45 Yoga Fortgeschrittene
17.45 Yoga Fortgeschrittene	17.45 Yoga II, Weiterführung		19.30 Yoga Fortgeschrittene
19.30 Yoga I, Anfängerkurs	19.30 Yoga Fortgeschrittene	19.30 Yoga III, Aufbaukurs	

Zertifizierte Präventionskurse, die von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannt sind bestehen aus 10 Yogaeinheiten à 90 Min. (Kurse ab April und Juni 2020 zusammengefasst), mit  markiert.

Yogakurse ab Juni 2020

Montags	Dienstags	Mittwoch	Donnerstags
15./ 22./ 29. Juni 06./ 20. Juli	16./ 23./ 30. Juni 07./ 21. Juli	17./ 24. Juni 01./ 08./ 22. Juli	18./ 25. Juni 02./ 09./ 23. Juli
09.00 Yoga Fortgeschrittene	09.00 Yoga I, Anfängerkurs	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 Sanft Sanftes Yoga, auch bei Bewegungseinschränkungen	17.45 Yoga Fortgeschrittene
17.45 Yoga Fortgeschrittene	17.45 Yoga III, Aufbaukurs		19.30 Yoga Fortgeschrittene
19.30 Yoga II, Weiterführung	19.30 Yoga Fortgeschrittene	19.30 Yoga I, Anfängerkurs	

Hormonyoga

Hormonyoga-Übungsstunden

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

Fr.	03. 04. 20	18.00 Uhr
Fr.	22. 05. 20	18.00 Uhr
Fr.	19. 06. 20	18.00 Uhr
Fr.	03. 07. 20	18.00 Uhr



Hormonyoga-Seminar

In einem 2-tägigen Wochenend-Seminar lernen Sie die Übungsreihe nach Dinah Rodrigues kennen. Verbindliche Anmeldung bis zum 02.02.20. 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 21.11. und 22.11.20 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.

