

## Medizinrad

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



### Infoabend für die Ausbildung 2025

Sonntag, 20. 10. 2024 19.00 Uhr  
Sonntag, 03. 11. 2024 19.00 Uhr

Bitte für den Infoabend anmelden!

## Ayurvedische Kochschule

Kochkurse zu ganz verschiedenen Themen, wie:

Ayurvedische Küche, Hülsenfrüchte, Haltbar-  
machen von Lebensmitteln, Fermentieren, ...

Mehr Infos auf [www.yoga-vedanta-haus.de](http://www.yoga-vedanta-haus.de).

### Koch dich gesund mit Ayurveda

Samstag, 09. 11. 2024

10.00 - 17.00 Uhr

Mit einer Einführung in den Ayurveda beleuchten wir das ganzheitliche System und lernen, wie wir es für unsere Gesundheit nutzen können.



### Ayurvedisches Frühstück

Samstag, 23. 11. 2024 09.00 - 13.00 Uhr

Geballte Energie bis zum Mittagessen.

Die Ayurvedische Küche bietet eine Vielfalt an Frühstücksgerichten.

## Ayurvedische Kochschule

### Fermentieren

Samstag, 05. 10. 2024 10.00 - 17.00 Uhr

Lebensmittel haltbar machen und veredeln zugleich!

Lassen Sie sich überraschen; Wir werfen einen Blick in die Welt des Fermentierens und seiner unzähligen Möglichkeiten.

### Yoga Sommer Trio

Für alle Fortgeschrittenen, die sich in der Sommerpause weiter Zeit für sich gönnen wollen.

Mo 29.07. 19:30 Uhr

Mo 05.08. 19:30 Uhr

Mi 21.08. 19:30 Uhr

Sommer-Trio: 40,- €



### Anfahrt



Anna Himpsl



Marienplatz 8 · D-94572 Schöfweg  
Tel: 0990 887 155-1  
Fax: 0990 887 155-3  
[www.yoga-vedanta-haus.de](http://www.yoga-vedanta-haus.de)  
[info@yoga-vedanta-haus.de](mailto:info@yoga-vedanta-haus.de)  
IBAN DE50 7416 0025 0001 0122 66

## yoga ayurveda massagen ernährung

## Termine 2024 August bis Dezember



Yoga auch ONLINE möglich



## Ein Tag für mich & meine Seele

So. 24. 11. 2024 10.00 - 17.00 Uhr

Gönne dir und genieße 1 Tag, weit weg v. deinem Alltag und lasse dich in deiner Seele berühren.

Wir verbringen zusammen einen Tag mit leichten Yogaübungen, Atemübungen, Meditation, Erfahren die Energien verschiedener Klanginstrumente. Singen verschiedene Mantras und spüren deren Wirkung in unseren Körpern. Erfahren uns auch draussen in der Natur.



Energieausgleich: 99,- €,  
Verbindliche Anmeldung bis  
spätestens 10. 11., danach nur noch auf Anfrage.

### Gong-Meditation mit Marcus Fritz

Fr. 06. 12. 24 19.00 Uhr Eintritt: 25,- €

Über das große Klangspektrum, die Wirkung der Gongs und den Ablauf der Gong-Meditation finden sie Infos unter [www.yoga-vedanta-haus.de](http://www.yoga-vedanta-haus.de)



Mehr Info zu Marcus Fritz finden sie auf [www.cosmicfire.dance](http://www.cosmicfire.dance)

Verbindl. Anmeldung bis 29. 11.,  
danach nur noch auf Anfrage.

### Schenken macht Freude

...und tut der Seele gut!

Wir bieten Gutscheine für unser komplettes Angebot.



# Yoga - Stunden

## Offene Stunden für Jeden, 90 Minuten Yogapraxis



Sonntag 08. 09. 24 18.00 Uhr  
 Sonntag 08. 12. 24 18.00 Uhr

## Satsang: Meditation, Vortrag, Mantra & Kirtan singen (bitte mit Anmeldung)



Sonntag 08. 09. 24 19.45 Uhr  
 Sonntag 08. 12. 24 19.45 Uhr

# Hormonyoga

## Hormonyoga-Übungsstunden

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

Fr 13. 09. 24 19.30 Uhr  
 Fr 15. 11. 24 19.00 Uhr  
 Fr 13. 12. 24 19.00 Uhr



## Hormonyoga-Seminar

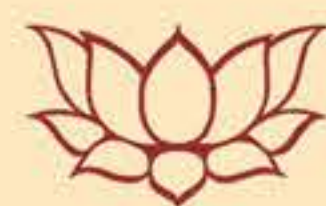
In einem 2-tägigen Wochenend-Seminar lernen Sie die Übungsreihe nach Dinah Rodrigues kennen.

Energieausgleich: 280,- €, inkl. köstlichem Essen, ausführlichem Skript und Übungsplakat.

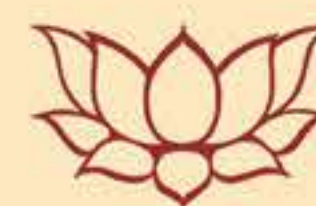
Verbindliche Anmeldung bis 2 Wochen vor Kurs.

Sa/So 16. 11. u. 17. 11. 24 10.00 - 17.00 Uhr

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)



# Yoga für alle Altersgruppen



## Yogakurse Sept bis Dez 2024

### Montags

09. 16. 23. 30.  Sept.  
 07. 21.  Okt.  
 04. 11. 18. 25.  Nov.  
 02. 09. 16.  Dez.

09.00 Uhr Yoga FG ★

17.45 Uhr Yoga FG ★

19.30 Uhr Yoga III + FG ★

### Dienstags

10. 17. 24.  Sept.  
 01. 08. 22.  Okt.  
 05. 12. 19. 26.  Nov.  
 03. 10. 17.  Dez.

09.00 Uhr Yoga I + II ★

17.45 Uhr Yoga Sanft ★

19.30 Uhr Yoga FG ★

### Mittwochs

11. 18. 25.  Sept.  
 02. 09. 23.  Okt.  
 06. 13. 20. 27.  Nov.  
 04. 11. 18.  Dez.

09.00 Uhr Yoga FG ★

17.45 Uhr Yoga Intensiv ★ NEU!!

### Donnerstags

12. 19.  Sept.  
 03. 10. 24. 31.  Okt.  
 07. 14. 21. 28.  Nov.  
 05. 12. 19.  Dez.

17.45 Uhr Yoga FG ★

19.30 Uhr Yoga I + II ★

: Kurse, die online **und** in Präsenz stattfinden.

★ : Von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannte, zertifizierte Präventionskurse mit 12 Yogaeinheiten à 90 Min. (im Yoga Haus oder online).

Zu den Kursen bitte mindestens 1 Woche vorher anmelden.

13-Wochen Kurse (à 90 Minuten):	163,00 €
Yoga Einzelunterricht pro Einheit (à 90 Minuten):	70,00 €
Offene Stunde:	15,00 €
Hormonyoga-Übungsstunde:	15,00 €
10er-Karte für Fortgeschrittenen-Std. (1 Jahr gültig):	140,00 €
Satsang:	freiwillige Spende

Mit der Überweisung des Energieausgleichs bestätigst du deine Teilnahme an unseren Kursen. Unsere Bankverbindung findest du auf der Rückseite (siehe Kontakt). Barzahlung vor Ort ist auch eine Möglichkeit.

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 Probe-stunde sind jederzeit möglich. Rufen Sie einfach an.



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

# Ayurveda

## Ayurveda-Anwendungen

Ayurveda Massagen und Anwendungen sind hilfreich für verschiedene Bedürfnisse. Ob zur Entspannung, zur Begleitung nach einem Kuraufenthalt und Veränderungen (Ernährungsumstellung, Reduktion von Körpergewicht, körperliche Beschwerden aller Art). Informieren Sie sich unter [www.yoga-vedanta-haus.de](http://www.yoga-vedanta-haus.de) oder rufen sie einfach an.



## 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! Diese Beratung ist auch online möglich. Termine nach Vereinbarung.