

# 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 2027

Fr. 16.10. oder So. 08.11. um 19.00 Uhr  
Die Infoabende finden ab Herbst 2026 statt oder gerne auch auf Anfrage!



# Vegetarische Kochschule

## Koch dich gesund mit Ayurveda

**Samstag, 24. 01. 2026 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.  
Energieausgleich: 108,- €  
Verbindl. Anmeldung bis spätestens 13. 01. 2026



# Vegetarische Kochschule

**Ayurvedisches Frühstück**  
**Samstag, 31. 01. 2026 09.00 - 13.00 Uhr**  
Geballte Energie bis zum Mittagessen.  
An diesem Vormittag erfahren Sie, wie Ihr ganz persönlicher Energiekick aussehen könnte und wie Sie diesen zubereiten.  
Energieausgleich: 75,- €  
Verbindl. Anmeldung bis spätestens 19. 01. 2026



## Anfahrt



Anna Himpf



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)

# yoga ayurveda massagen ernährung

## Termine 2026 Januar bis April

*Yoga auch ONLINE möglich*



# Ein Tag für mich & meine Seele

**So. 22. 03. 2026 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: 108,- €, Verbindliche Anmeldung bis spätestens 07. 03., danach nur noch auf Anfrage.



## Gong-Meditation mit Marcus Fritz

**So. 08. 02. 26 18.00 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 01. 02., 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 18. 01. 26 18.00 Uhr  
Sonntag 22. 02. 26 18.00 Uhr

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



Sonntag 18. 01. 26 19.45 Uhr  
Sonntag 22. 02. 26 19.45 Uhr

## Hormonyoga

### Hormonyoga-Übungsstunden

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

Fr 16. 01. 26 19.00 Uhr  
Fr 13. 02. 26 19.00 Uhr  
Fr 13. 03. 26 19.00 Uhr



### Hormonyoga-Seminar

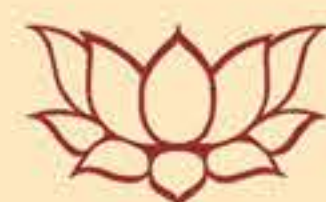
In einem 2-tägigen Wochenend-  
Seminar lernen Sie die Übungsreihe nach Dinah  
Rodrigues kennen.

Energieausgleich: 290,- €, inkl. köstlichem Essen,  
ausführlichem Skript und Übungsplakat.

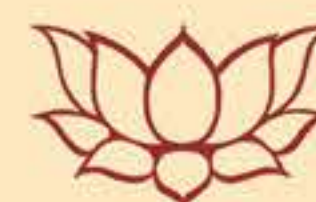
Verbindliche Anmeldung bis 2 Wochen vor Kurs.

Sa/So 14. 11. u. 15. 11. 26 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 Januar bis April 2026

### Montags

12. 19. 26. Jan.  
02. 09. 23. Feb.  
02. 09. 16. 23. März

09.00 Uhr Yoga FG ★

17.45 Uhr Yoga FG ★

19.30 Uhr Yoga Intensiv ★

### Dienstags

13. 20. 27. Jan.  
03. 10. 24. Feb.  
03. 10. 17. 24. März

09.00 Uhr Yoga I + II ★

**NEU!!** 10.45 Uhr Yoga bei Bewe-  
gungseinschränkungen ★

17.45 Uhr Yoga Sanft ★

19.30 Uhr Yoga FG ★

### Mittwochs

07. 14. 21. 28. Jan.  
04. 11. Feb.  
04. 11. 18. 25. März

17.45 Uhr Yoga I + II ★

### Donnerstags

08. 15. 22. 29. Jan.  
05. 12. Feb.  
05. 12. 19. 26. März

17.45 Uhr Yoga FG ★

19.30 Uhr Yoga III + FG ★

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

★ : Von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannte, zertifizierte Präventionskurse mit 10 Yogaeinheiten à 90 Min.  
(im Yoga Haus oder online).

Zu den Kursen bitte mindestens 1 Woche vorher  
anmelden.

10-Wochen Kurse (à 90 Minuten): 150,00 €

Yoga Einzelunterricht 70,00 €

pro Einheit (à 90 Minuten):

Einzelstunde: 18,00 €

Hormonyoga-Übungsstunde: 18,00 €

10er-Karte für Fortgeschrittenen-Std.

(1 Jahr gültig): 160,00 €

Satsang: freiwillige Spende

Mit der Überweisung des Energieausgleichs  
bestätigst du deine Teilnahme an unseren Kursen.  
Unsere Bankverbindung findest du auf unserer Website.  
**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 Ver-  
änderungen (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, maßge-  
schneiderte Lebensmittel- und Gewürzempfehlungen  
für Ihren Typ! Diese Beratung ist auch online möglich.  
Termine nach Vereinbarung.

