



Die Yoga Praxis Weißbacher lädt ein zu zwei Seminaren mit:

Swami Yogaratna Saraswati

aus Gokarna, Indien



I. Yoga Nidra Spezial & Meditation

13. – 16. Juli 2017
Zwiesel, Bayerischer Wald

II. Pranayama & Gesundheit

22. - 23. Juli 2017
Freising

Seminar I: Yoga Nidra Spezial & Meditation

Intensivseminar über fortgeschrittene Formen von Yoga Nidra.

Weitere Inhalte:

- Chakra Shuddhi (Chakrenreinigung und -stärkung)
- Tratak (Konzentration auf Kerzenlicht)
- Antar Mouna (Innere Stille)
- Havan (Feuerzeremonie)

Swami Yogaratna bietet zudem ein persönliches Gespräch (Coaching) an.

Seminarort: Lindenhaus, Bärnzell 7, 94227 Zwiesel im Bayerischen Wald

Teilnehmerzahl: Max. 12 Personen

Anmeldeschluss: 17. Juni 2017

Seminargebühr:

395,00 €, inkl. Unterkunft und Halbpension

Beginn: Donnerstag, 13.7., 18:30 Uhr

Ende: Sonntag, 16.7., ca. 14:00 Uhr

Seminar II: Pranayama & Gesundheit

Anregung der Selbstheilungskräfte durch Pranayama (Atemtechniken) und andere yogische Übungen.

Weitere Inhalte:

- Yoga Nidra (Tiefenentspannung)
- Asanas
- Meditation, u.a. SWAN (Erkennen der eigenen Schwächen, Stärken, Bedürfnisse, Ziele).
- Kirtan & Satsang

Seminarort: Viva Vita

Tagungszentrum der Lebenshilfe Freising
Gartenstraße 57 - 85354 Freising

Teilnehmerzahl: Max. 30 Personen

Anmeldeschluss: 17. Juni 2017

Seminargebühr: 220,00 € inkl. Verpflegung

Beginn: Samstag, 22.7., 9:00 Uhr

Ende: Sonntag, 23.7., 16:00 Uhr

Kirtan mit Swami Yogaratna: Freitag, 21.7.2017

Jeder ist herzlich willkommen! (Teilnahme auf freiwilliger Spendenbasis)

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr - Ort: Yogapraxis Weißbacher, Wiesenthalstraße 13, Freising

Swami Yogaratna praktiziert seit mehr als 30 Jahren Satyananda Yoga.

Sie ist eine hervorragende Lehrerin und unterrichtet weltweit.

Ihre Schwerpunkte sind Yoga Nidra und höhere Meditationsformen.

Sie leitet die [Shankar Prasad Foundation](#), ein Retreat-Zentrum in Süd-Indien in der Nähe von Gokarna, Karnataka.

Das Team der Yoga Praxis freut sich sehr, dass Swami Yogaratna für zwei Seminare nach Deutschland kommt!

Anmeldung für beide Seminare unter:

Yoga Praxis

Renate Luz und Angelika Weißbacher

Mail: info@angelika-weissbacher.de

Tel.: 08161 - 533 56 15

mobil: 0170 - 786 01 29

<http://www.angelika-weissbacher.de/seminare.html>

Nahrungsunverträglichkeiten bitte bei der Anmeldung mit angeben.

Die Anmeldung ist gültig mit der Überweisung der Seminargebühr auf folgendes Konto:

Yoga Praxis Weißbacher

IBAN: DE42 7009 0500 0101 927 4 69

BIC: GENODEF1SO4

Verwendungszweck je nach Teilnahme: Seminar I oder Seminar II