



Integrale Yoga-Meditation Schweige-Retreat im Kloster Schwarzenberg mit Veronika Karl

Klarer Geist - weites Herz: In diesem Seminar beschäftigen wir uns ühend mit den Antworten, die das "Yoga-Sutra" von Patañjali suchenden Menschen anbietet. Der integrative Übungsweg der Yoga-Meditation klärt dabei schrittweise unseren Geist und öffnet das spirituelle Herz (hṛdayam). Das Seminar beinhaltet āsana, prāṇāyāma, Rezitation, geführte Meditation, Sitzen in der Stille, Bewegungsmeditation, Gehen. Vorträge und Einzelgespräche unterstützen den Prozess.



Yogalehrerin BDY/EYU
Zertifizierte Lehrerin für „Samyama Integrale Yogameditation“
Yoga-Praxis kontinuierlich seit 1973
Praxis der Integralen Yoga-Meditation seit 2000
Ausbildung im Kontaktstudium des BDY (1991-1995)
Ununterbrochene Yoga-Lehrtätigkeit seit 1991 in Erlangen
Weiterbildung in Integraler Yoga-Meditation (Helga Simon-Wagenbach)
Weiterbildung Yoga Cikitsa bei D.V. Sridhar
Weiterbildung in Vedic Chant
Leitung der Yoga-Lehrausbildung seit 2004
Dozentin für Hatha-Yoga, Yoga-Philosophie, Patañjali Yoga-Sūtra
Moderation von Vorstellstunden
Autorin des Studienbegleitheftes "Sanskrit-Glossar"

Termin: 10. – 13. November 2022

Von Donnerstag 18h bis Sonntag 13h

Ort: Kloster Schwarzenberg bei Scheinfeld

Seminargebühr: 240,-- Euro

Zzgl. der Kosten für Übernachtung und Vollpension im Kloster.
(gesamt: DZ ca. 223,-- €; EZ ca. 228,-- €)

Anmeldung www.yogaschule-nordbayern.de/anmeldung_seminare.html

Um baldige Anmeldung wird gebeten, da im Kloster nur begrenzt Zimmer zur Verfügung stehen. Bitte angeben, ob DZ oder EZ gewünscht. EZ stehen nur begrenzt zur Verfügung.

**Zwischen Reiz und Reaktion gibt es einen Raum:
Nur dort kann Begegnung stattfinden.**

**Zwischen Reiz und Reaktion gibt es einen Raum:
Nur dort findet Heilung und Entwicklung statt.**

**Zwischen Richtig und Falsch gibt es einen Ort.
Dort werden wir uns begegnen.**

(Rumi)