Yogaschule Nordbayern®

Samyama
Integrale Yogameditation®

Integrale Yoga-Meditation

Schweige-Retreat im Kloster Schwarzenberg
mit Veronika Karl

Klarer Geist - weites Herz: In diesem Seminar beschäftigen wir uns übend 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.

Termin:	**29. Mai – 1. Juni 2025**
	Von Donnerstag 18h bis Sonntag 13h
Ort:	Kloster Schwarzenberg bei Scheinfeld
Seminargebühr:	Frühbucherrabatt bis 31.1.2025 240,-- Euro
	danach 280,-- Euro
	Zzgl. der Kosten für Übernachtung und Vollpension im Kloster.
	(gesamt: DZ ca. 223,-- €; EZ ca. 228,-- €, Stand 2024)
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.

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"