

Frühjahr 2012

Workshops:

Passend zum Frühjahr gibt es 2 Termine zum „Hausputz“ Thema: Ernährung, bzw. Reinigung. Kitcheree (Mungbohnen Diät) 29.01. und die Grüne Diät 22.04.

Hier wird gemeinsam gekocht und gegessen nach vorheriger Yogapraxis.

Der Film „der letzte Samurai“ ergänzt unser Yogaprogramm. 04.02. bei Gaby Miethanner in Hebertsham 14. Bitte eine Kleinigkeit zu Essen mitbringen und natürlich Yogamatten und Kuscheldecken, bequeme Kleidung. Anschließend diskutieren wir zu dem Film beim gemeinsamen Essen.

Außerdem findet regelmäßig einmal im Monat Sadhana statt. Ort und Zeit nach Absprache. Wer Zeit hat, wie gewohnt gemeinsames Frühstück!

Diverse Workshops sind ebenfalls im Programm, Dauer ca. 3 Stunden.



Sonntag 29.01.2012 Kitcheree	11:00 Uhr in Edling
Samstag 04.02.2012 Film	18:00 Uhr in Hebertsham 14
Sonntag 12.02.2012 Sadhana	6:00 Uhr in Edling
Sonntag 19.02.2010 Wirbelsäule	10:00 Uhr in Edling
Sonntag 26.02.2012 Chakren	10:00 Uhr in Edling
Samstag 03.03.2012 Wirbelsäule	15:00 Uhr in Edling
Sonntag 04.03.2012 Sadhana	6:00 Uhr in Edling
Sonntag 18.03.2012 Frausein	10:00 Uhr in Edling
Sonntag 01.04.2012 Sadhana	5:30 Uhr in Edling
Sonntag 22.04.2012 Grüne Diät	11:00 Uhr in Edling
Sonntag 06.05.2012 Sadhana	5:30 Uhr in Edling (Ortsänderung möglich)
Samstag 12.05.2012 Chakren	15:00 Uhr in Edling
Sonntag 13.05.2012 Kommunikation	10:00 Uhr in Edling
Sonntag 03.06.2012 Sadhana	5:00 Uhr in Edling (Ortsänderung möglich)
Sonntag 10.06.2012 Frausein	10:00 Uhr in Edling
Samstag 23.06.2012 Kommunikation	15:00 Uhr in Edling

Für die Workshops bitte rechtzeitig anmelden (spät. 1 Tag vorher!!)

Die vormittags Workshops kosten 30,00 Euro. Bitte immer mit Anmeldung!

Die Sadhana ist kostenlos, bitte für anschließendes Frühstück etwas mitbringen. (Spenden willkommen!)

Sat Nam

Angelika Ranvir Kaur Gebhardt