



YOGA

HEIKE SCHEUERMANN

Swami Marutdeva:

YOGA PRANA, PRANAYAMA und SWARA YOGA

Das Wochenendseminar bietet die Möglichkeit, tiefer in die Welt des Yoga einzutauchen. Im Mittelpunkt steht das Thema „Prana“ - das allem Leben zugrunde liegende Energie Prinzip. Auch geht es um das Sensibilisieren und Analysierender eigenen subtilen Energieströme (Nadis), und wie Atem- und Energieübungen entwickelt und vertieft werden, um eine ganzheitliche und tiefe Wirksamkeit zu entfalten.



Sa.17.- So.18.10.2020

Preis: 165 €

info@yoga-buchen.de

☎ 0175-3624462

**Yogazentrum Mandala
Im Schulzengarten 7
74722 Buchen-Einbach**

YOGA WEITERBILDUNG FÜR YOGALEHRENDE UND YOGAÜBENDE 12 U.STD. EINHEITEN

www.yoga-buchen.de



YOGA

Swami Marutdeva:

YOGA PRANA, PRANAYAMA und SWARA YOGA

Swami Marutdeva hat Satyananda Yoga® in jungen Jahren in Neuseeland von der Pike auf gelernt und erfahren. Er wurde in Australien zum Zert. Dipl. Satyananda Yogalehrer ausgebildet und erwarb an der Yoga-Universität *Bihar Yoga Bharati* in Indien das Diplom der Yogischen Wissenschaften.

3 Jahre lebte er in der Gegenwart seiner Meister *Swami Satyananda Saraswati* und *Swami Niranjananda Saraswati* in Indien. Danach unterrichtete und arbeitete er an verschiedenen Satyananda-Yogazentren und Akademien weltweit. Seit 2008 lebt er mit seiner Familie in Norddeutschland und unterrichtet in Kursen, Seminaren und Ausbildungen.

Seine Inspiration ist es, die Satyananda Yogalehren so rein und ursprünglich wie möglich zu vermitteln, um Interessierten eine Quelle tiefen Wissens und kraftvoller Werkzeuge zu zeigen, aus der sie schöpfen können.

Samstag, 25.04.2020

08:00-08:30 Uhr	MANTRA
08:30-09:30 Uhr	ASANA
09:30-10:30 Uhr	PRANAYAMA
10:30-12:00 Uhr	PAUSE
12:00-14:00 Uhr	SEMINAR-THEMA
14:00-14:30 Uhr	YOGA NIDRA
14:30-15:00 Uhr	TEE
15:00-16:00 Uhr	SEMINAR-THEMA
16:00-17:30 Uhr	MAHAMRITYUNJAYA HAVAN, KIRTAN

Sonntag, 26.04.2020

08:00-08:30 Uhr	MANTRA
08:30-09:30 Uhr	ASANA
09:30-10:30 Uhr	PRANAYAMA
10:30-11:00 Uhr	PAUSE
11:00-12:00 Uhr	PHILOSOPHY SESSION
12:00-13:00 Uhr	FRAGEN-ANTWORTEN