

**Anmeldung zu den Yoga-Reinigungs-
tagen vom 18. bis 22.4.2017 im
Kloster Kostenz
Kostenz 1
D-94366 Perasdorf**

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Seminar an.

Name, Vorname: _____

Anzahl Personen: _____

Straße, Nr.: _____

PLZ, Ort: _____

Tel.: _____

E-Mail: _____

Nach Bestätigung der Teilnahme überweise ich die Teilnahmegebühr von 380 Euro (nach dem 13.3.2017 400 Euro) auf das Konto der M. & D. Glogau UG (haftungsbeschränkt) Nr. 300 87 365 bei der Sparkasse Passau, IBAN: DE95 7405 0000 0030 0873 65, SWIFT-BIC: BYLADEM1PAS. Die Kosten für die Übernachtung inkl. Vollpension mit entgiftender Kost betragen 86 Euro/Nacht im Einzelzimmer und sind vor Ort zu bezahlen.

Ort, Datum: _____

Unterschrift: _____

Bitte diese Anmeldung per Post oder Fax zusenden an:

Yoga Zentrum Bayerwald
Werksiedlung 39
D-94107 Untergriesbach
Fax: +49 (0)8591 91 22 98

Es begleiten Sie:

Dipl.-Päd. Marion Glogau
Yogalehrerin BDY/EYU
Yoga Zentrum Bayerwald



Claudia Zierer,
Yogalehrerin BDY/EYU i. A.
Psychologische Lebensberaterin
Schamanische Heilarbeit
Energiearbeit
Yoga Zentrum Bayerwald

Dr. Dirk R. Glogau
Yogalehrer BDY/EYU
Yoga Zentrum Bayerwald



Weitere Termine für Seminare, Urlaube und Kurse
sowie Informationen rund um Yoga unter:
www.yoga-bayerwald.de

Yoga-Reinigungstage

***Śauca – sanfte Reinigung
von Körper und Geist***

vom **18. bis 22.04.2017**
im Kloster Kostenz
Kostenz 1, 94366 Perasdorf
Nähe Sankt Englmar / Straubing



***Meditation
Yoga-Praxis
Atemübungen
Reinigende Anwendungen***

Frühbucherrabatt bis 13.3.2017

Śauca – sanfte Reinigung von Körper und Geist

Während der Yoga-Reinigungstage begleiten wir Sie auf einer Reise zu sich selbst. Auf diesem Weg darf der Körper sanft entgiften und der Geist zu Ruhe und Klarheit kommen. Das Angebot besteht aus:

- Entschlackende Ernährung
- Schröpfen
- Leber- und Nierenwickel (täglich)
- Basen-Fußbäder (täglich)
- Asana-Praxis
- Pranayama & Vedic-Chant
- Energielenkung und Tiefenentspannung und Meditation

Der Veranstaltungsort



Kloster Kostenz
Erholungs- und Tagungshaus
www.barmherzige-kostenz.de

Yoga-Wochenendseminar

Śauca – sanfte Reinigung von Körper und Geist

vom 18. bis 22.04.2017 im Kloster Kostenz

Agenda

Dienstag, 18.4.2017

- 11:00 Begrüßung & Einführung
- 12:00 Mittagessen
- 14:30 – 16:30 Vedic-Chant, Asana-Praxis und Pranayama / individuelle Anwendungen
- 16:45 – 18:00 Tiefenentspannung
- 18:30 Abendessen
- 20:00 Ausklang, Schamanische Entspannungsreise und Leberwickel

Mittwoch, 19.4., bis Freitag, 21.4.2017

- 7:30 Meditatives Gehen & Asana-Praxis
- 9:00 Frühstück
- 10:00 Body-Scan und Nierenwickel
- 10:45 – 11:45 Gesprächskreis und Basenfußbad

- 12:00 Mittagessen
- 14:30 – 16:30 Vedic-Chant, Asana-Praxis und Pranayama / individuelle Anwendungen
- 16:45 – 18:00 Tiefenentspannung
- 18:30 Abendessen
- 20:00 Ausklang, Schamanische Entspannungsreise und Leberwickel

Samstag, 22.4.2017

- 7:30 Meditatives Gehen & Asana-Praxis
- 9:00 Frühstück
- 10:00 Body-Scan und Nierenwickel
- 10:45 – 11:45 Gesprächskreis und Basenfußbad
- 11:45 Abschlussrunde & Vedic-Chant
- 12:00 Mittagessen und Abreise

Bei Bedarf besteht jederzeit die Möglichkeit für individuelle Einzelgespräche.

Die Veranstaltung ist für Einsteiger wie für Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Es sind keine Vorkenntnisse oder besondere körperliche Fähigkeiten erforderlich.

Die Teilnahmegebühr beträgt pro Person für Frühbucher 380 Euro und nach dem 13.3.2017 400 Euro. Für die Übernachtung inklusive auf Wunsch vegetarischer Vollpension fallen zusätzlich 86 Euro im Einzelzimmer pro Übernachtung an.

Veranstalter:

M. & D. Glogau UG (haftungsbeschränkt)
Werksiedlung 39, D-94107 Untergriesbach
Tel.: +49 (0)8591 91 22 99, Fax: +49 (0)8591 91 22 98E-Mail:
dglogau@yoga-bayerwald.de
www.yoga-bayerwald.de