

SWAMI MARUTDEVA



STUDIO YOGAONLINE
YOGA & HEALTH

YOGA NIDRA WORKSHOP



Yoga Nidra - yogischer Schlaf - ist eine systematische Tiefenentspannungs- und Meditationsübung tantrischen Ursprungs. Diese überlieferte Technik bietet eine wirksame Methode zur ganzheitlichen Entspannung, Stressbewältigung und Regeneration.

SA.SO.3-4 AUGUST 2019

PREIS: 145 €

**FRÜHBUCHERPREIS : 135€
(BIS ZUM 4.7.19)**



SATYANANDA YOGA



Satyananda Yoga Nidra®

Anmeldungen

Studio YogaOnline

Große Straße 67 (1.OG)

49074 Osnabrück

Tel.: 0541/40715920

www.studioyogaonline.com

SWAMI MARUTDEVA

YOGA NIDRA WORKSHOP



SWAMI MARUTDEVA HAT SATYANANDA YOGA® IN JUNGEN JAHREN DURCH INTENSIVES SADHANA IN NEUSEELAND VON DER PIKE AUF ERLERNT UND ERFAHREN. ER WURDE IN DER SATYANANDA YOGA AKADEMIE (AUSTRALIEN) ZUM ZERT. DIPL. SATYANANDA YOGA LEHRER AUSGEBILDET UND ERWARB IN DER YOGA UNIVERSITÄT BIHAR YOGA BHARATI IN INDIEN DAS DIPLOM DER YOGISCHEN WISSENSCHAFTEN. ER LEBTE 3 JAHRE IN DER GEGENWART SEINER YOGA MEISTER SWAMI SATYANANDA SARASWATI UND SWAMI NIRANJANANANDA SARASWATI IN DER BIHAR YOGA TRADITION IN INDIEN. DANACH UNTERRICHTETE UND ARBEITETE ER IN VERSCHIEDENEN SATYANANDA YOGA ZENTREN UND AKADEMIEN WELTWEIT.

SEIT 2008 LEBT ER MIT SEINER FAMILIE IN NORDDEUTSCHLAND UND UNTERRICHTET SATYANANDA YOGA® IN KURSEN, SEMINAREN UND AUSBILDUNGEN. SEINE INSPIRATION IST ES, DIE SATYANANDA YOGA LEHREN SO REIN UND URSPRÜNGLICH WIE MÖGLICH ZU VERMITTELN, UM INTERESSIERTEN EINE QUELLE TIEFEN WISSENS UND KRAFTVOLLER WERKZEUGE ZU ZEIGEN, VON DER SIE SCHÖPFEN KÖNNEN.

DAS PROGRAMM

SAMSTAG, 03.08.

08.00-08.30H MANTRA
08.30-09.30H ASANA
09.30-09.45H PRANAYAMA
09.45-10.30H YOGA NIDRA
11.00-12.00H MITTAGSPAUSE
12.00-14.00H SEMINAR-THEMA
14.00-15.00H TEE/KAFFEE
15.00-16.00H SEMINAR-THEMA
16.00-17.30H MAHAMRITYUNJAYA HAVAN, KIRTAN



SONNTAG, 27.08.

08.00-08.30H MANTRA
08.30-09.30H ASANA
09.30-09.45H PRANAYAMA
09.45-10.30H YOGA NIDRA
10.30-11.00H ABSCHLUSS SESSION
11.00-12.00H MITTAGSPAUSE
12.00-14.00H ABREISE



Anmeldungen

Studio YogaOnline
Große Straße 67 (1.OG)
49074 Osnabrück Tel.: 0541/40715920
info@studioyogaonline.com
www.studioyogaonline.com

