



Das Team



Dunja Stern, dipl. Yogalehrerin SYV i.A. Kaufm. Angestellte und Leiterin des Yogastudios Yoga-Chaitanya. Mehr über Dunja unter: www.yoga-chaitanya.ch



Ansgar Schöberl, Indienreisender und Yogalehrer. Seminar- und Retreatleiter im In- und Ausland. Mehr über Ansgar unter: www.yoga4u.ch/ansgar



Felix Schärer, dipl. Yogalehrer, Yoga-Therapeut, Kirtan-Sänger, zertifizierter Jivamukti Yogalehrer. Mehr über Felix unter: www.nataraja.ch



Lilian Imboden, visionäre Craniosacralarbeit i.A., Esalen Masseurin Apothekerin. Mehr über Lilian: www.massage-langenthal.ch



Silvia Muster, Pflegefachfrau, Naturheilpraktikerin. Mehr über Silvia unter: www.g-sund.ch



Philipp Trüb, dipl. Yogalehrer SYV i.A., Naturwissenschaftler, buddhistische Meditation. Mehr über Philipp unter: www.yoga4u.ch

Tag der offenen Tür

am

28. August 2010

**Special: von 9.00 – 12.00 Uhr
Intensive Yoga-Session**

**Ab 12.30 Uhr
Vegetarischer Apèro**

**Spannende Beiträge rund um Yoga
und Körperarbeit**

**Special: Suissesences natürliche Pflege aus
der Schweiz
www.suissesences.ch**

Special: Kirtan-Singen mit Felix Schärer

*Yoga-Chaitanya
Raum für Bewusst-Sein*

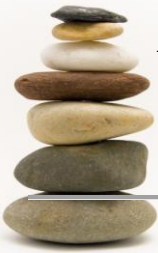
**Dorfstrasse 40, 3366 Bettenhausen
Natel: 078 835 13 28 / Mail: info@yoga-chaitanya.ch
www.yoga-chaitanya.ch**

Das Programm

Programm Surya-Raum Erdgeschoss

9.00 – 12.00 Vichara-Yoga Intense Session mit Ansgar
Preis Fr. 50.-

Der Kurs richtet sich an fortgeschrittene Anfänger und fortgeschrittene Yoginis und Yogis



Anmeldung unter info@yoga-chaitanya.ch
Die Plätze sind begrenzt

14.00 – 15.00 Was ist Yoga, Vortrag mit Ansgar

15.15 – 15.45 Pranayama (Atemübung), Theorie und Praxis
(Dunja)

16.00 – 16.30 Einführung in die buddhistische Meditation
(Philipp)

16.45 – 17.15 Vinyasa Flow Yoga (Dunja)

17.30 – 18.30 Kirtan-Singen (Felix)

12.30 – 13.30 Vegetarischer Apèro

Tee, Wasser und Früchte stehen den ganzen Tag über bereit.

Programm Chandra-Raum 1. Stock

13.30 – 14.00 Körperräume finden mit Massage und Cranio-sacraler Arbeit, Vortrag mit Lilian Imboden

15.00 – 15.30 Matrix-Energetics - die Kunst der Transformation
Energetische Behandlungen, Vortrag mit Silvia Muster

15.45 – 17.30 Probebehandlungen Matrix Energetics

Programm Ganesha-Raum 1.Stock

12.00 – 16.00 Probebehandlungen Esalen Massage und Cranio-sacrale Therapie

Die Beiträge am Nachmittag sind gratis

Das Programm endet um 18.30 Uhr

Ein Tag zum Mitmachen, daher bequeme Kleidung mitbringen

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

Ihr Yoga-Chaitanya Team

Weitere Informationen unter:



www.yoga-chaitanya.ch

info@yoga-chaitanya.ch

Natel 078 835 13 28