

**Verbindliche Anmeldung:
Traditionelles Indisches Yoga
30. Mai - 1. Juni 2014**

Name

Vorname

Straße

PLZ, Ort

Telefon

eMail

Geburtsdatum

Datum, Unterschrift

Kosten:

Die Gebühren für das Wochenendseminar betragen
149,00 €

Darin enthalten sind die Seminargebühren sowie Kaffee, Tee etc.. In Härtefällen kann die Gebühr auf Anfrage ermäßigt werde.

Überweisung:

Empfänger: Diane & Pascal Steinert
IBAN: DE03120300001032153023
BIC: BYLADEM1001
Konto Nr.: 1032153023
BLZ: 120 300 00 (DKB Berlin)
Text: Indisches Yoga

Anmeldung:

Zur Anmeldung bitte Anhang abtrennen, ausfüllen und per Post oder per Email an den Veranstalter schicken. Eine schriftliche oder mündliche Zusage erfolgt, max. 20 Teilnehmer werden zugelassen. Die Anmeldung gilt erst bei Bezahlung der Seminargebühren als erfolgt. Bei einer Absage ab 4 Wochen vor Seminarbeginn durch den / die Teilnehmer/in wird eine Bearbeitungspauschale von 50,00 € erhoben, bei Absage ab 1 Woche vor Beginn wird die gesamte Seminargebühr erhoben, wenn keine Ersatzperson mehr nachrücken kann.

Zeiten:

Fr, 18:00 - 20:00 Uhr
Sa, 9:00 - 18:00 Uhr
So, 9:00 - 13:00 Uhr

Am Samstag gibt es eine ca. einstündige Mittagspause, Geschäfte, Restaurants und Imbisse sind in der näheren Umgebung ausreichend vorhanden.

Mitbringen:

Bequeme Kleidung, Yogamatte und Sitzunterlage. Es können auch Utensilien im Hause geliehen werden.

Veranstaltungsort

YOGA-ATELIER Frankfurt
Leipziger Str. 37 (Hinterhof)
60487 Frankfurt - Bockenheim

Anfahrt

Haltestelle Leipziger Straße
→ U-Bahn U6, U7
Haltestelle Bockenheimer Warte
→ U-Bahn U4, U6, U7
→ Tram 16
→ Bus 32, 36, 50, 75

Veranstalter:

YOGA-ATELIER Frankfurt
Ellen Kringstad
Leipziger Str. 37
60487 Frankfurt - Bockenheim
Tel.: 0171 / 4715966
Email: yoga-atelier-frankfurt@web.de
www. yoga-atelier-frankfurt.de

Traditionelles Indisches Yoga



**Wochenendseminar
30. Mai – 1. Juni 2014**

mit Tanu Jaiswal aus Haridwar, Indien
im YOGA-ATELIER Frankfurt

Traditionelles Indisches Yoga

Tanu Jaiswal

Yoga Dharnendra Charitable Society



Tanu Jaiswal hat einen universitären Masterabschluss in „Menschlichem Bewusstsein und Yogischer Wissenschaft“ und arbeitet momentan an ihrer Promotion zum Thema Yoga. Darüber hinaus hat sie Abschlüsse in Reiki, Pranic Healing und Akupressur.

Seit einigen Jahren lebt sie mit ihrem Mann in Haridwar am Ganges in Indien und ist als Dozentin für Yoga an der dortigen „**Dev Sanskriti University**“ tätig. Diese noch relativ junge Universität hat es sich zur Aufgabe gemacht, praktisches Wissen mit spiritueller Ausbildung zu verbinden.

Vor ihrer Tätigkeit an der Universität in Haridwar lebte Tanu Jaiswal in Rishikesh, der selbsternannten Welthauptstadt des Yoga. Neben Ihrer Tätigkeit als Yogalehrerin begann sie dort, sich um die vielen bettelnden Straßenkinder zu kümmern und gründete gemeinsam mit ihrem Mann und ihrer Schwester die **Yoga Dharnendra Charitable Society**.



Die **Yoga Dharnendra Charitable Society** ist eine gemeinnützige Organisation, die es sich zur Aufgabe gemacht hat, Straßen- und Bettelkinder in Rishikesh auf dem Weg in eine bessere Zukunft zu unterstützen.

Sie wurde 2009 von Tanu Jaiswal gegründet und ist seit 2012 eine eingetragene NGO. Sie bietet aktuell rund 45 Kindern eine Art Sonntagschule an. Hier wird bei den Schularbeiten geholfen und es werden grundlegende Dinge wie Hygiene und Benehmen, aber auch Singen, Tanzen und Yoga vermittelt. Im Rahmen der Möglichkeiten werden die Kinder mit Kleidung, Schuhen und Schulsachen versorgt. Darüber hinaus wird Überzeugungsarbeit an den Eltern geleistet, dass der einzige Weg für die Kinder aus der Armut, der über die Bildung ist und nicht über das Betteln. Vor allem aber bietet sie den Kindern auch einen Ort, an dem sie spielen und Kind sein dürfen.

Die Teilnehmergebühr für dieses Seminar geht nach Abzug der direkten Kosten an die **Yoga Dharnendra Charitable Society** und kommt damit in vollem Umfang den Straßen- und Bettelkindern von Rishikesh zugute.

An das
YOGA-ATELIER Frankfurt
Leipziger Str. 37
60487 Frankfurt / Main

Yoga hat seine Wiege im alten Indien und ist eng verflochten mit Hinduismus und Buddhismus. Das Individuum wird als ein Reisender im Wagen des materiellen Körpers gesehen. Der Wagen ist der Körper, der Kutscher ist der Verstand, die fünf Pferde sind die fünf Sinnesorgane und der Fahrgast ist die Seele. Das Geschirr heißt im Indischen „Yoga“.

Die Dozentin wird in diesem Seminar mit Elementen des **Ashtanga Yoga** und **Hatha Yoga** (gemäß den alten indischen Schriften) arbeiten. Neben den Körperübungen (Asanas) steht Cyclic Meditation, eine Übung, die Meditation und Bewegung verbindet, ebenso auf dem Programm wie Pranic Energisation Technique (PET). Letztere hat sich in Indien als sehr erfolgreich herausgestellt, um eine vollkommene Entspannung von Körper und Geist zu erreichen. PET wird dort unter anderem als unterstützende Krebstherapie eingesetzt. Darüber hinaus werden Themen wie „Yogische Diät“ und die Behandlung gängiger Krankheitsbilder angesprochen.

Das Seminar wird in englischer Sprache abgehalten und auf deutsch übersetzt.

