

Teilnehmer:

02.-04.03.2012: Führungskräfte, KWA-Mitarbeiter und Yoga-Interessierte

09.-11.03.2012: Speziell für MS – Betroffene bzw. MS-Patienten

Veranstalter:

KWA Klinik Stift Rottal

Veranstaltungsort:

94086 Bad Griesbach
Max-Köhler-Straße 3

Telefon: 0 85 32 – 8 74 61

Fax: 0 85 32 – 8 74 84

E-Mail: allertseder-martina@kwa.de

Internet: www.kwa-klinik.de

Teilnahmegebühr:

240 €, incl. Verpflegung
(140 € für KWA Mitarbeiter und MS-Betroffene)

Bankverbindung:

Rottaler Raiffeisenbank

Konto: 407 810

BLZ: 740 670 00

Anmeldung bis 24.02.2012

telefonisch unter 0 85 32 - 8 74 61 oder

per E-Mail:

allertseder-martina@kwa.de

Die Teilnehmerzahl ist jeweils auf 25 Personen begrenzt.

Unterkunft:

Bitte selbst reservieren:

Hotel Columbia Bad Griesbach

Telefon: 0 85 32 – 3090

(EZ/DZ 85,00 € pro Person/Tag)

Altstadthotel Bad Griesbach

Telefon: 0 85 32 - 96 22 0

(im EZ 30,00 – 40,00 €
pro Person/Tag/ohne Frühstück)

oder über die Kurverwaltung

Telefon: 0 85 32 – 7 92 40

Seminarsprache:

Englisch mit deutscher Übersetzung

Bitte Decke oder Isomatte, warme Socken und bequeme Kleidung mitbringen.

Während des Seminars sind Sie unter der

Telefonnummer 0 85 32 - 8 70

(Rezeption der Klinik) erreichbar.

YOGA-SEMINAR

**02. März – 04. März 2012
und**

09. März – 11. März 2012



mit

N.V. Raghuram,

Swami-Vivekananda-Yoga-
Universität Bangalore/Indien

Thema:

Verantwortung und Freiheit

in der



Klinik für Neurologische und
Geriatrische Rehabilitation

Max-Köhler-Straße 3
94086 Bad Griesbach

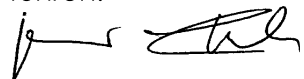
Es ist schon liebe Tradition geworden, Herrn N.V. Raghuram aus Bangalore jedes Jahr in unserer Klinik begrüßen zu dürfen. Er ist leitender Mitarbeiter der Vivekananda Yoga Universität in Bangalore, als profunder Kenner der indischen Philosophie ist er ein weltweit anerkannter Experte und zuständig für internationale Kontakte und Kooperationen.

Wie in den letzten Jahren liegt der Schwerpunkt des Seminars zum einen auf dem Erlernen von Entspannungsverfahren zur Stressreduktion, zum anderen erhalten wir tiefe philosophische Einblicke in das traditionelle indische Gesundheitssystem.

In diesem Jahr werden wir uns mit dem Thema „Verantwortung und Freiheit“ beschäftigen, einem Thema, das in irgendeiner Form uns alle betrifft und oft unsere Lebensqualität maßgeblich beeinflusst. Besonders interessant wird sein, wie in der alten indischen Tradition Freiheit und Verantwortung erklärt werden.

Als wahrer Meister des Sanskrit ist Herr Raghuram in der Lage, selbst schwierige Zusammenhänge aus dieser alten indischen Philosophie lebendig und anschaulich darzustellen. Daraus abgeleitet ergibt sich ein tiefes Verständnis für die Wirksamkeit der Yogaübungen auf den verschiedenen Seins- und Bewusstseinebenen.

Zwischen den Vorträgen wird uns Herr Raghuram Yoga-Übungen zeigen, die auf verblüffend einfache Art und Weise in kurzer Zeit zu einer tiefen Entspannung führen.



i. V. Dr. Christoph Garner
Chefarzt der KWA Klinik Stift Rottal

Programm

Freitag, 02. und 09. März 2012

18:00 Ankunft
18:15 – 19:00 Grundlagen des Yoga
19:00 – 20:00 Indisches Abendessen
20:00 – 21:00 Trataka-Meditation

Samstag, 03. und 10. März 2012

07:00 – 08:00 Morgen-Asanas
08:00 – 09:30 Frühstück
09:30 – 10:30 Vortrag:
 „Bewusstsein gibt Freiheit und Verantwortung einen Sinn“
10:30 – 11:15 Cyclic Meditation I
11:15 – 11:30 Kaffeepause
11:30 – 12:30 Vortrag:
 „Bewusstsein als innerster Teil von uns“
12:30 – 14:00 Indisches Mittagessen
14:00 – 15:15 Pranic energisation
 Technique PET I
15:15 – 16:00 Vortrag:
 „Bewusstsein ist Glück und höchste Zufriedenheit“

16:00 – 16:30 Kaffeepause
16:30 – 17:30 Nachmittag-Asanas
17:30 – 19:00 Freizeit
19:00 – 20:00 Indisches Abendessen
20:00 – 21:00 PET II
21:00 Abendmeditation

Sonntag, 04. und 11. März 2012

07:00 – 08:00 Morgen-Asanas II
08:00 – 09:30 Frühstück
09:30 – 10:30 Fragen - Antworten
10:00 – 11:00 Vortrag:
 „Verantwortung vs. Gerechtigkeit“
11:00 – 11:45 Cyclic Meditation II
11:45 – 12:00 Kaffeepause
12:00 – 13:00 Vortrag:
 „Yoga als eine Antwort auf Stress“
13:00 – 14:00 Mittagessen
14:00 Ende des Seminars