

Seminar mit R. Sriram

12. – 13. November 2022

Yoga und Heilung

Das vertiefte Praktizieren und Erfahren von Yoga in seiner Ganzheitlichkeit fördert als Nebenwirkung Heilung auf allen Ebenen. Die Ursprünge und das Entstehen von Krankheit, die Philosophie des Heilens, Mindful Healing, der Pfad des Heilens im Yoga und heilende Handlungen sind die Themen welche in diesem Seminar erläutert werden. Das 1. Kapitel der Yoga-Philosophieschrift Yoga Sutra bildet dabei die essentielle Grundlage. Praktische Übungen mit Asanas, Pranayama und Meditation vertiefen das Seminarthema.

R. Sriram ist in Chennai geboren und war langjähriger Schüler von Sri T.K.V. Desikachar, dem Sohn von T. Krishnamacharya. Während mehrerer Jahre unterrichtete er an dessen Yogazentrum Krishnamacharya Yoga Mandiram in Chennai. R. Sriram lebt und lehrt in Deutschland und Indien. Im Süden Indiens haben er und seine Frau Anjali Sriram BASE, ein ökologisches Zentrum für Yoga, Kunst und Natur gegründet und aufgebaut (www.basekodai.org/). R. Sriram leitet Weiterbildungen für Yogalehrende und hält europaweit und in Indien Seminare und Vorträge. Der Kenner zweier Kulturen ist ein grosser Vermittler der Philosophie des Yoga in der westlichen Welt und hat mehrere Bücher in deutscher Sprache geschrieben (www.sriram.de).

**Seminarort: Volkshaus Zürich (Blauer Saal),
Staufferstrasse 60, 8004 Zürich
(www.volkshaus.ch)**

**Seminarzeiten: Samstag, 12.11.22, 09.30-18.30 Uhr
Sonntag, 13.11..22, 09.00-14.00 Uhr**

Seminarkosten: Fr. 390.-

(darin eingeschlossen sind das Seminar, Pausenverpflegungen sowie das Mittagessen am Samstag)

Infos und Anmeldung:

**yogaraum olten, Catherine Müller, Leberngasse 7, 4600 Olten
info@yogaraum-olten.ch, 079.239.96.69, www.yogaraum-olten.ch
Die Teilnehmendenzahl ist beschränkt.**

yogaraum olten, Catherine Müller, dipl. Yogalehrerin YCH/EYU,
Leberngasse 7, 4600 Olten
info@yogaraum-olten.ch, mobile 079.239.96.69, www.yogaraum-olten.ch