



Integrale Yoga-Meditation

Schweige-Retreat im Kloster Schwarzenberg mit Veronika Karl

4. – 7. Juni 2026

Klarer Geist - weites Herz: In diesem Seminar beschäftigen wir uns ühend mit den Antworten, die das "Yoga-Sutra" von Patañjali suchenden Menschen anbietet. Der integrative Übungsweg der Yoga-Meditation klärt dabei schrittweise unseren Geist und öffnet das spirituelle Herz (hṛdayam). Das Seminar beinhaltet āsana, prāṇāyāma, Rezitation, geführte Meditation, Sitzen in der Stille, Bewegungsmeditation, Gehen. Vorträge und Einzelgespräche unterstützen den Prozess.

Das Schweige-Retreat ist für Yogalehrenden und Yogaübende gleichermaßen geeignet.

Termin: **4. – 7. Juni 2026**

Von Donnerstag 18h bis Sonntag 13h

Ort: Kloster Schwarzenberg bei Scheinfeld

Seminargebühr:	Frühbucherrabatt bis 31.3.2026	240,-- Euro
		danach 280,-- Euro

Zzgl. der Kosten für Übernachtung und Vollpension im Kloster.

(gesamt: DZ ca. 292,-- €; EZ ca. 313,-- €, Stand 11/2025)

Mindestteilnehmerzahl: 10

Anmeldung www.yogaschule-nordbayern.de/anmeldung_seminare.html

Um baldige Anmeldung wird gebeten, da im Kloster nur begrenzt Zimmer zur Verfügung stehen. Bitte angeben, ob DZ oder EZ gewünscht. EZ stehen nur begrenzt zur Verfügung.

Wichtiger Hinweis: Wegen der Stornokosten im Kloster muss die Anmeldung bis 15. Mai 2026 erfolgen. wenn die Mindestteilnehmerzahl erreicht worden ist, ist auch eine spätere Anmeldung noch möglich,



Yogalehrerin BDY/EYU

Zertifizierte Lehrerin für „Samyama Integrale Yogameditation“

Yoga-Praxis kontinuierlich seit 1973

Praxis der Integralen Yoga-Meditation seit 2000

Ausbildung im Kontaktstudium des BDY (1991-1995)

Ununterbrochene Yoga-Lehrtätigkeit seit 1991 in Erlangen

Weiterbildung in Integraler Yoga-Meditation (Helga Simon-Wagenbach)

Weiterbildung Yoga Cikitsa bei D.V. Sridhar

Weiterbildung in Vedic Chant

Leitung der Yoga-Lehrausbildung seit 2004

Dozentin für Hatha-Yoga, Yoga-Philosophie, Patañjali Yoga-Sūtra

Moderation von Vorstellungstunden

Autorin des Studienbegleitheftes "Sanskrit-Glossar"