

Pfingst Yoga Camp für Alle

Eine Woche zelten und gemeinsam leben, Yoga machen, die Natur genießen, gemeinsam kochen, gemeinsam wandern, andere Menschen kennenlernen, früh morgens vor Sonnenaufgang aufstehen, meditieren und singen, den Tag bewusst beginnen (Sadhana). Den Tag zusammen gestalten und genießen, arbeiten und ausspannen und mehr über sich und das Leben lernen. Abends mit Vorträgen, Yoga und Meditationen den Tag ausklingen lassen.

Die Teilnehmer übernehmen die Verantwortung für sich selbst, ihre Kinder und gestalten mit einem Team den Inhalt der Tage. Jeden Morgen gibt es eine Morgenrunde bei der die Wünsche der Teilnehmer und ihre Fähigkeiten zum Gelingen des Camps beitragen.

Beginn: 22. Mai – 29. Mai 2013

Kosten = Selbstkostenpreis:

Erwachsene 250,- € incl. Essen und Platzgebühr, Kinder ab 10 Jahre 90,- €, Kinder unter 10 Jahren eine Spende

Aus finanziellen Gründen wird niemand ausgeschlossen, bitte persönlich im Voraus besprechen.



Es ist dein Geburtsrecht glücklich zu sein

Yogi Bhajan

Ablauf für das Pfingst Camp

Mittwoch, 22. Mai

- 15:00: Anreise, Check in
- 17:30: gemeinsames Abendessen
- 19:00: Begrüßungsrunde



Donnerstag, 23. Mai – Dienstag, 28. Mai

- 5:00: Wake up
- 5:30: Sadhana
- 8:00: Frühstück
- 9:00: Morgenrunde
- 10:00: Campprogramm

- 13:00: Mittagessen

- 17:30: Abendessen
- 19:00: Abendprogramm
- 21:15: Abschlussmeditation
- 22:00: Nachtruhe

Mittwoch, 29. Mai

- Nach Sadhana und Frühstück: gemeinsames Aufräumen, Abbau und Aufbruch, Ende ca. 16 Uhr



Anmeldung

Mitbringen: Alles fürs Zelten, Badesachen, Regensachen und gute Schuhe, Yogasachen

Weglassen: Haustiere, Drogen, Alkohol

Ort: Heimbachhof in Au, bei Freiburg

Nach Anmeldung wird eine Wegbeschreibung und Packliste zugeschickt

100,- € Anzahlung auf folgendes Konto:

Arne Raap-Mehl

Postbank Stuttgart 60010070, Kto 353005706

Stichwort: Camp

Anmeldung unter info@dharmatraining.de

Weitere Infos unter www.dharmatraining.de
oder telefonisch Carola Mehl 0761 / 45 70 946



Im Kundalini Yoga ist das Wichtigste die Erfahrung.

Deine Erfahrung geht direkt in dein Herz.

Yogi Bhajan

Pfingstcampleitung

Dharma Singh, Arne Raap-Mehl, Jhg. 1964



Leadtrainer und Kundalini Yoga Ausbilder Stufe 1 und 2, Kundalini Yogalehrer seit 1985

Gesundheits- und Religionspädagoge

Mitbegründer von Horizonte einem spirituellen

Bestattungsinstitut in Freiburg.

Vater von 4 Kindern in einer Patchworkfamilie

Kartha Purkh Kaur, Carola Mehl, Jhg. 1961



Kundalini Yogalehrerin und Schwangerenyogalehrerin seit 1996.

Ausbilderin Stufe 1

Heilpädagogin und Physiotherapeutin

Mutter von 3 Kindern in einer Patchworkfamilie

Jagat Jeet Kaur, Andrea Kiemen, Jhg. 1966

Kundalini Yogalehrerin und Schwangerenyogalehrerin

Tanz- und Bewegungstherapeutin

Mutter 2er Kinder

**Wenn du etwas lernen willst,
- studiere es.**

**Wenn du etwas wissen willst,
- lies darüber.**

**Wenn du etwas meistern willst,
- unterrichte es.**

Kundalini Yoga

Pfingstcamp für Alle



22. bis 29. Mai 2013

Heimbachhof in Au
bei Freiburg