

“Life is not given to you for any reason but to experience your own creativity and your own self in the dignity of its existence.”

“Dein Leben wurde dir aus keinem anderen Grund gegeben, als deine eigene Kreativität und dein Selbst in der Würde seiner Existenz zu erfahren.“

Yogi Bhajan



Frauen feiern Kundalini Yoga!



3HO Frauen Camp München 2011

Kreativität – die Essenz
des Weiblichen



mit
Bhagwati Kaur, Indra Kaur, Adarsh Kaur,
Bhajan Kaur, Ramona Raghbir Kaur
und anderen
vom 1. – 4. September 2011

im Ökologischen Tagungshaus Linden,
nahe München





Was erwartet Dich auf dem 3HO Frauen Camp?

- Kraftvolle Kundalini Yoga Übungen und heilende Meditationen
- Gemeinsames Sadhana und viel Singen
- Gemeinschaft und Austausch mit anderen Frauen
- Shakti Tanz, Bhangara Tanzen und Gatka für Frauen
- Kreatives Basteln
- Heilende Entspannung und viel Spass

Verbringe einige Tage unter Frauen, komme zur Ruhe und gewinne Abstand von deinem Alltag. Hol Dir neue Inspiration und lade Deine weibliche Kraft auf. Dynamische Yoga Übungen und kraftvolle Meditationen helfen dir, deine weibliche Kraft zu spüren und unterstützen dich auf deinem Weg.

Seit 1969 findet in New Mexico jedes Jahr ein von Yogi Bhajan initiiertes Women's Camp statt. Es bietet jeder Frau die Gelegenheit, sich spirituell, mental und körperlich zu verjüngen und tiefe Beziehungen mit anderen Frauen erleben.



Ablauf

Das Frauencamp beginnt am Donnerstag, 1. September 2011, mit dem gemeinsamen Mittagessen um 13 Uhr, um 14.30 Uhr ist offizielle Eröffnung. Das Frauencamp endet am Sonntag, den 4. September 2011 um 14 Uhr mit dem Abschiedsessen. Für die Kinder wird ein Kindercamp zusammengestellt, das von Shakta Kaur Glatz und Nirankar Kaur Kaliner, beide Ausbilderinnen der Kinderyoga-Lehrer/innen Ausbildung geleitet wird. Die Kinderbetreuung beginnt am Donnerstagnachmittag nach einer ersten Willkommensmeditation. Wir wünschen uns von jeder Mutter, die die Kinderbetreuung in Anspruch nimmt, dass sie das Kindercamp durch aktive Mitarbeit unterstützt (ca. 3 Stunden insgesamt).

Kosten

160 € Teilnahmegebühr bei Anmeldung bis 31.7.2011. Bitte mit der Anmeldung einen Teilbetrag in Höhe von 60 € überweisen. Die Anmeldung wird nach Eingang des Teilbetrages bestätigt. Ab 1.8.2011 beträgt die Teilnahmegebühr 180€. Die Übernachtungs- und Verpflegungskosten werden direkt im Seminarhaus bezahlt. Die Teilnahme am Kindercamp kostet 30€ für ein Kind, jedes weitere Kind 20€ mehr. Preise zuzüglich Unterbringung und Verpflegung.

An einem der Nachmittage werden wir kreativ basteln; dafür wird für das Material (Kette aus Halbedelsteinen) eine Gebühr von 30€ in bar erhoben. Wir brauchen dafür vorher deine Anmeldung, damit das Material eingekauft werden kann.

Veranstalter

3H Organisation Deutschland e.V., Arbeitsgruppe Kundalini Yoga München, www.kundalini-yoga-muenchen.de

Anmeldung & weitere Infos

Bitte fordere das Anmeldeformular für das Frauencamp, sowie die Übernachtungs- und Verpflegungspreise des Seminarhauses an bei:

Gisela Jot Kaur Pangerl, Neuchinger Str. 20, 80805 München, email: frauenyogacamp@k-y-m.de oder Friedgund Sat Purkh Kaur Förster, Tel. 089-8575424 ab 18 Uhr, email: friedgund@k-yoga.de

