

# NEWS@YOGAINSPIRATION

JUNI 2008

YOGA in GOA  
YOGA in THUN  
YOGA auf der  
SCHWEIBENALP

Die ideale Haltung ist stabil  
und angenehm.

Eine immer leichter  
werdende und intensive  
Bemühung, sowie die  
tiefgründige Sammlung auf  
das Grenzenlose helfen uns  
diese Haltung zu erreichen.

Yoga Sutras 2.46 – 2.47



## ★ Yoga in Goa - hier sind die neuen Kursdaten für die Saison 08/09

Von Dezember 2008 bis Ende Februar 2009 bieten wir wieder verschiedene Kurse in unserer Yogashala in Südgoa an - eine Liste der Kurse findest du unten, die genaue Kursbeschreibung findest du im beigefügten Flyer oder auf der Website [yogainspiration](http://yogainspiration)

| KURSDATEN  |  |                |                 |
|------------|--|----------------|-----------------|
| KURS       | THEMA  | DATUM          | PREIS           |
| Kurs 1 *   | Yoga Vinvasa Flow & Meditation - mit <b>Matthias</b>   | 04. - 09.12.08 | 290 CHF / 180 € |
| Kurs 2 *   | Yoga Vinvasa Flow & Meditation - mit <b>Matthias</b>   | 03. - 08.01.09 | 290 CHF / 180 € |
| Kurs 3 **  | Yoga Vinvasa Flow - mit <b>Claudia</b>   | 15. - 20.01.09 | 290 CHF / 180 € |
| Kurs 4 **  | Weiterbildung Korrekturen und Hilfestellungen - mit <b>Claudia</b> und <b>Matthias</b> (Assistenz) | 22. - 27.01.09 | 490 CHF / 300 € |
| Kurs 5 *** | Yoga Vinvasa Flow - mit <b>Claudia</b>   | 12. - 21.02.09 | 460 CHF / 280 € |

### Kurslevel:

- \* Gesunde Anfänger bis regelmässige Yogapraxis
- \*\* regelm. Praxis von mind. 2-3 Jahren
- \*\*\* regelmässige Praxis von mind. 3-5 Jahren

★ Yoga in THUN – YOGA FLOW Sommerabend Workshop mit Claudia  
14. und 16. Juli 2008

Montag und Mittwoch, jeweils 18.30 - 21 Uhr, pro Abend 60.--, beide Abende 110.-- CHF

Ich freue mich auf eine dynamische und kreative Flow Praxis. Einstieg und Ausklang mit Mantra Sadhana. Bitte rutschfeste Matte mitbringen und bei mir anmelden.

Ort: Bewegungsraum, Rampestrasse 1 (beim Bahnhof), 3600 Thun

★ Yogaferien auf der Schweibenalp im Berner Oberland  
9. bis 15. August 2008      noch wenige Plätze frei

Yogaferien am spirituellen Kraftort

Hier oben auf dem Berg praktizieren wir in Harmonie mit den Naturelementen. Die Yoga Flow Sessions leben von dynamisch pulsierenden Bewegungsfolgen und lang gehaltenen Yogastellungen. Matthias bietet Wanderungen in die schöne Bergwelt an. Genaue Ausschreibung auf [www.yogainspiration](http://www.yogainspiration.ch)

Bitte melde dich für alle Kurse bei mir an, [claudia@yogainspiration.ch](mailto:claudia@yogainspiration.ch)

Ich freue mich, Dich auf der Yogamatte begrüßen zu dürfen.

OM namo narayana –  
ein Dank an den göttlichen Seher in uns allen.