

# Yoga hilft heilen

mit Stefan Grothe

## Musik

Frauke Richter



## Yoga der Energie SUKSHMA VYAYAMA

Diese subtile Yogapraxis vitalisiert systematisch den ganzen Körper. Die sehr wirkungsvollen Übungen sind in jedem Alter und auch bei Krankheit einfach durchführbar.

## Mantrayoga

Die zu den Yogastunden und geführten Meditationen gesungenen Mantras öffnen einen Raum, in dem sich das Bewusstsein weiten und Heilung geschehen kann. Die eigene Stimme kann dabei als wunderbare Brücke zu sich Selbst genutzt werden, um ganz im eigenen Herzen anzukommen.

**Seminarhaus Shanti** (Bad Meinberg) **Seminarkosten: 135 €**

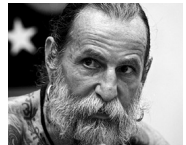
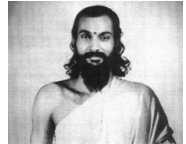
**04.-06. Januar 2019**

**05.-07. April 2019**

**19.-21. Juli 2019**

Anmeldung bis 8 Wochen vor Seminarbeginn: 10% Rabatt auf Seminargebühr. Bei individuellen Beschwerden auch außerhalb der Seminare private Konsultationen möglich.

BUCHUNG & INFORMATION: 0176-23962616, [info@frauke-richter.de](mailto:info@frauke-richter.de), [www.frauke-richter.de](http://www.frauke-richter.de), ONLINE VIDEO KURS (Yoga der Energie): [stefan-grothe.de](http://stefan-grothe.de), Verpflegung und Unterkunft im Seminarhaus Shanti ([gastgruppen@yoga-vidya.de](mailto:gastgruppen@yoga-vidya.de), 05234-872332) ab 60,-€ buchbar.



Die im Seminar vermittelten Techniken erlernte Stefan Grothe beim renommierten Schweizer Yogi Reinhard Gammenthaler, einem direkten Schüler von Dhirendra Brahmachari und dessen Lehrer Maharishi Kartikeya.