

YOGA TRIFFT AUF AYURVEDA

20. MÄRZ - 22. MÄRZ 26

FORTSETZUNGS SEMINAR
MÄRZ 2026

MIT AYURVEDAEXPERTIN EVA PRÖPSTER UND
YOGALEHRERIN PETRA MEIER-BAKKAR

„DAS FUNDAMENT DES YOGA SOLL AYURVEDA UND
DIE FRUCHT DES AYURVEDA YOGA SEIN“

Wir laden Dich ein zu einem erholsamen, gesunden,
entspannenden, informativen und lehrreichen Seminar-
Wochenende in das Seminarhaus Großwiesenhof bei Berg.
Freitag 16.30 Uhr - Sonntag 12.30 Uhr

SEMINAR- & WORKSHOP KOSTEN

Seminarpreis ohne Verpflegung 269 €
Early Bird 249,- (*bis zum 01.01.2026 buchbar*)
Materialkosten für Lebensmittel und Handout 45 €

Unterkunft ggfs. direkt im Seminarhaus
Großwiesenhof buchen

ANMELDUNG UNTER

EVA: eva@ayurvedischkochen.de | Tel. 0171 1278111
PETRA: petra@yogaraum-oberpfalz.de | Tel. 0176 60944715

YOGA TRIFFT AUF AYURVEDA

EINE WUNDERBARE SYMBIOSE

AYURVEDA-BASIC IN THEORIE UND PRAXIS

DOSHAS: VATA - PITTA - KAPHA

GESCHMACKSRICHTUNGEN - SCHLÜSSEL DER ERKENNTNIS

GEWÜRZVIELFALT UND STOFFWECHSELAKTIVIERUNG

ZUBEREITUNG TYPISCHER KOMPONENTEN FÜRS MITTAGESSEN

LECKERE FRÜHSTÜCK- UND ABENDVARIATIONEN

YOGA

PRANAYAMA

ENTSPANNUNG

MEDITATION

WUNDERSCHÖNE NATUR ERLEBEN IN UND UM DEN
GROSSWIESENHOF

JETZT ANMELDEN



WIR FREUEN UNS AUF DICH, HERZLICHST PETRA & EVA