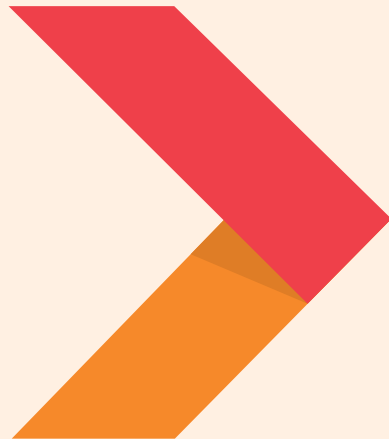


YOGA *in der* GESELLSCHAFT



BDY-KONGRESS

Freitag, 21. bis Sonntag, 23. Juni 2019
in Hohenroda

Inhalt



YOGA *in der* GESELLSCHAFT

BDY-KONGRESS

Freitag, 21. bis Sonntag, 23. Juni 2019
in Hohenroda

Begrüßung	3
Programmübersicht	4
Vorträge	5
Workshops	8
Workshops und Rahmenprogramm im Überblick	22
Rahmenprogramm	31
Organisatorisches	36
Organisatorische Hinweise	37
Geschäftsbedingungen	38
Anmeldeformular zum BDY-Kongress 2019	39
Anmeldung für die Workshops	40
Bewerbungsbogen Morgenpraxis	41
Anfahrt	42
Hotelreservierung und Transferbuchung	43

Begrüßung



Liebe KongressbesucherInnen,

Yoga wird heute in den unterschiedlichsten Lebenswelten praktiziert. Übende jeden Alters und verschiedener sozialer Schichten finden ihren Weg auf die Yoga-Matte – ob in Kursen, im Einzelunterricht oder zu Hause, ob in Studios, Volkshochschulen, in medizinischen Einrichtungen oder im Betrieb. Man kann sagen: Yoga ist in der Mitte der Gesellschaft angekommen. Das wirft die Frage auf, ob Yoga über den individuellen Nutzen hinaus auch in die Gesellschaft hinein wirkt.

Für viele ist Yoga eine individuelle Methode für eine körperlich-emotional-mentale Balance und damit eine Kraftquelle im hektischen Alltag. Ist Yoga damit allein private Praxis oder wirkt er sich auch auf unseren Umgang miteinander und mit unserer Umwelt aus? Führt er uns nach innen und damit weg von der Welt? Oder kann Yoga etwas in unserem Inneren nachhaltig verändern und uns damit das Gefühl und die Kraft geben, selbst etwas in der Welt bewegen zu wollen? Haben wir insbesondere als Yogalehrende angesichts der weltweit eskalierenden Ausgrenzungen, Konflikte und Ausbeutungen eine besondere Verantwortung für friedlichen Zusammenhalt und nachhaltige Entwicklung? Was können oder müssen wir tun?

Diesen (und anderen) Fragen wollen wir gemeinsam auf unserem Kongress »Yoga in der Gesellschaft« nachgehen. Freuen Sie sich auf renommierte ReferentInnen, vielfältige Workshops und Vorträge, ein unterhaltsames Rahmenprogramm sowie viele Gelegenheiten für Austausch, Diskussionen und Wiedersehen. Gestalten Sie den Kongress aktiv mit, indem Sie selbst eine Morgenpraxis anbieten oder in einem der beiden theoretischen Workshops Ideen zur gesellschaftlichen Transformation durch Yoga erarbeiten.

Mit der Wahl des Veranstaltungsortes, dem Tagungshotel Hessen Hotelpark Hohenroda, haben wir den Wunsch vieler TeilnehmerInnen der letzten BDY-Kongresse aufgegriffen, Veranstaltungs- und Übernachtungsort zusammenzulegen. Das Hotel liegt zentral mitten in Deutschland an den nördlichen Ausläufern der Rhön.

Wir freuen uns darauf, Sie in Hohenroda begrüßen zu dürfen.

Angelika Beßler, Vorstandsvorsitzende

Birte Sattler, Stellvertretender Vorstand

Hardy Fürch, Stellvertretender Vorstand

Programmübersicht

Freitag, 21.06.2019

12–14.30 Uhr	Ankommen und Anmelden
14.30–16 Uhr	Workshops
16–17 Uhr	Kaffeepause
17–18 Uhr	Begrüßung und Einführungsvortrag von Hardy Fürch
18–20 Uhr	Abendessen
20–21 Uhr	Kabarett mit Juliane Braun und Nicole Winter
21.15–23 Uhr	Tanz mit Andreas Buhr

Samstag, 22.06.2019

7–8 Uhr	Morgenpraxis
8–9.30 Uhr	Frühstück
9.30–11 Uhr	Workshops
11–11.30 Uhr	Kaffeepause
11.30–13 Uhr	Workshops
13–14 Uhr	Mittagessen
14.30–15.30 Uhr	Vortrag von Prof. Dr. Joachim Bauer
15.30–16 Uhr	Kaffeepause
16–17.30 Uhr	Workshops
18–20 Uhr	Abendessen
20–21.30 Uhr	Konzert mit Markus Stockhausen und Tara Bouman

Sonntag, 23.06.2019

7–8 Uhr	Morgenpraxis
8–9.30 Uhr	Frühstück
9.30–11 Uhr	Workshops
11–11.15	Kaffeepause
11.15–12 Uhr	Präsentation der Ergebnisse der theoretischen Workshops
12–13 Uhr	Symphonie mit Markus Stockhausen und Verabschiedung
13 Uhr	Mittagessen

Eine Übersicht zu ReferentInnen, Workshops und Rahmenprogramm finden Sie in der Heftmitte auf den Seiten 22 und 23.



Vorträge



Prof. Dr. Joachim Bauer

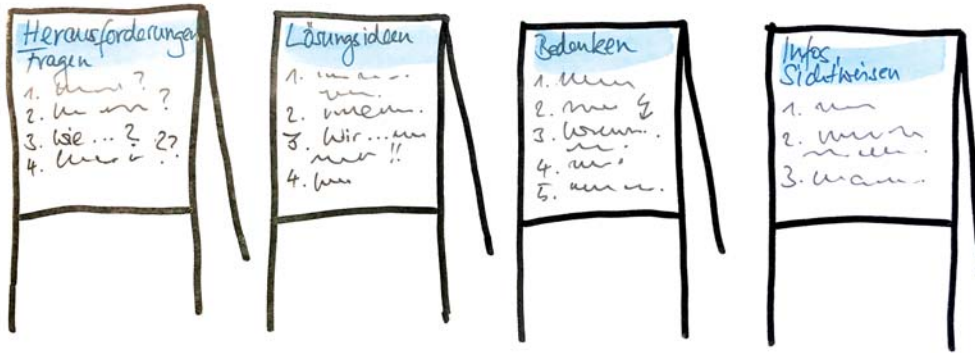
ist Neurowissenschaftler, Arzt, Psychotherapeut und Buchautor. Für seine Forschungstätigkeit wurde er mit dem renommierten Organon-Preis der »Deutschen Gesellschaft für Biologische Psychiatrie« geehrt. Bauer lehrt, forscht und arbeitet in Berlin. Vertiefende Literatur von Joachim Bauer: »Warum ich fühle, was du fühlst«, »Prinzip Menschlichkeit«, »Selbststeuerung«. www.prof-joachim-bauer.de

»Fühlen können, was andere fühlen« – Das Geheimnis der Empathie aus neurowissenschaftlicher Perspektive

Samstag, 22.06.
14.30– 15.30 Uhr

Worauf beruht, neurowissenschaftlich betrachtet, die Fähigkeit des Menschen zur Empathie? Zwei neuronale Systeme machen den Menschen zu einem potentiell mitfühlenden und helfenden Wesen: Das evolutionär ältere System arbeitet über Spiegelung und Resonanz, es beansprucht kein langes Nachdenken, ist aber auch täuschbar. Das evolutionär jüngere System ist das erst vor wenigen Jahren entdeckte Selbst-System, das die Fähigkeit verleiht, sich bewusst Gedanken über das Innenleben eines anderen zu machen.





Präsentation »Yoga in der Gesellschaft«

Sonntag, 23.06.
11.15 – 12 Uhr

Wie sehen die KongressteilnehmerInnen das Thema »Yoga in der Gesellschaft«? Teilnehmerinnen und Teilnehmer präsentieren die Ergebnisse der Workshops »Dynamic Facilitation und Wisdom Councils – Problemlösung der besonderen Art« und »Wie gewaltfrei sind (Mehrheits-)Entscheidungen und geht es auch anders?«. In diesen beiden zweiteiligen Workshops werden die Methoden »Dynamic Facilitation« und »Systemisches Konsensieren« vorgestellt und auf Fragestellungen, die sich auf das Kongressthema »Yoga in der Gesellschaft« beziehen, angewendet. Die Ergebnisse werden für alle KongressteilnehmerInnen in der Hessenhalle vorgestellt.





Workshops



Inge Ankenbauer-Wild

Yogalehrerin (MYZ) und Kursleiterin für »Traumasensibles Yoga TSY Ingradual«. Langjährige Mitarbeit und organisatorische Leitung im »Münchner Yoga-Zentrum«. Seit 2018 Kurse für Kleingruppen, Einzelunterricht und Prozessbegleitung. Hauptberuflich Projektmitarbeiterin bei der »Staatlichen Führungsakademie für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten« in Landshut, daneben Vorträge und Workshops mit kooperations- und flussfördernden Methoden wie Systemisches Konsensieren (SK), Dynamic Facilitation und World Café. Ihr besonderes Interesse gilt dem Zusammenspiel von Struktur und Fluss in Menschen und Organisationen und der Übertragung von Yoga-Wissen auf das aktive Handeln im Alltag. www.ankenbauer-wild.de

Wie gewaltfrei sind (Mehrheits-)Entscheidungen und geht es auch anders?

01

Samstag, 22.06.
9.30–11 Uhr

Workshop I

Manche Entscheidungen, besonders in Gruppen, stellen uns vor Herausforderungen. Mehrheitsbeschlüsse haben den Ruf, gerecht zu sein. Doch was geschieht? Statt der erwünschten tragfähigen Einigung kommt es oft zur Spaltung. Yoga als Bewusstseinsweg lädt uns ein, über den berühmten »Tellerrand« des Gewohnten hinauszublicken. Ahimsā (Nicht-Verletzen, Wohlwollen, Nächstenliebe) ist dabei ein zentrales Thema. Wie kann ein Hilfsmittel aussehen, das statt Gewinnen und Verlieren achtsame Gespräche, Wertschätzung und Konsens fördert? Im Rahmen von zwei Workshops wird das Systemische Konsensieren (SK) vorgestellt. Workshop I am Vormittag beinhaltet einen ausführlichen Theorieteil und kleine Praxisbeispiele.

02

Samstag, 22.06.
11.30–13 Uhr

Workshop II

Workshop II beginnt mit einer kurzen Einführung und gibt Raum für eine SK-Moderation zu einem von den TeilnehmerInnen gewählten Thema. Workshop I ist eine gute Vorbereitung für Workshop II, aber nicht zwingend Voraussetzung.





Bernd Bachmeier

Yogalehrer BDY/EYU, arbeitet in der BDY-Yoga-Lehrausbildung in der »Yogaschule Braunschweig«, ist Mantra-Musiker, Reiseleiter in Indien, Existenzgründungs-, Marketing- und Strategieberater für YogalehrerInnen und bietet Krisenintervention für YogalehrerInnen an. Bernd Bachmeier unterrichtet in der Tradition von T. Krishnamacharya. Geprägt wird sein Unterrichtsstil durch den Einsatz von Mantrén.
www.yoga-ayurveda.com

Mantrasingen

03

Sonntag, 23.06.
9.30–11 Uhr

Tauchen Sie ein in eine ganz andere Art von Musik. Bernd Bachmeier hat sich auf das Singen von Mantrén aus dem Bhakti-Yoga sowie aus der christlichen und chassidischen Tradition spezialisiert. Das Chanten von Texten und Melodien birgt eine gewaltige Kraft in sich. Diese Lieder sind seit Jahrhunderten in allen Religionen der Welt fester Bestandteil einer spirituellen Praxis. Sie bieten ein großes Spektrum zwischen sanfter Hingabe und rhythmischer Stärke. Diese Mantrén können Sie gut in Ihren Yoga-Unterricht einbauen. Bitte bringen Sie Ihr Musikinstrument mit. Notenmaterial wird für die TeilnehmerInnen des Workshops vor Ort zur Verfügung gestellt.





Kornelia Becker-Oberender

Yogalehrerin BDY/EYU, Yogalehrerin des Yogawegs R. Sriram, Dipl.-Pädagogin, Dipl.-Sozialpädagogin, Systemische Beraterin und Heilpraktikerin für Psychotherapie, unterrichtet seit 1994 Kinder und Jugendliche im Yoga und bildet seit 2004 Yogalehrende zu diesem Thema aus. Sie leitet gemeinsam mit ihrem Mann das »Institut für Bildung und Entwicklung (IBE Gieleroth)« und begleitet seit über 25 Jahren Menschen und Unternehmen in ihrer Yoga-Schule, ihrem Seminarhaus und in ihrer Praxis für Coaching, Beratung und Therapie. Sie ist Bildungsreferentin des Landes Rheinland-Pfalz in der Elementarpädagogik und hat ein eigenes Qualitätsmanagement für Kindertagesstätten entwickelt. Die Autorin und dreifache Mutter hat mehrere Fachbücher im Bereich Coaching, Beratung und Therapie von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen und, gemeinsam mit R. Sriram, das Buch »Yoga für Kinder und Jugendliche« geschrieben. www.ibe-gieleroth.de

Yoga für Kinder und Jugendliche als analoge Antwort auf digitale und mediale Überforderung

04

Sonntag, 23.06.
9.30–11 Uhr

In diesem Workshop erfährst Du, was es bedeutet, Yoga mit Kindern und Jugendlichen als Gegenpol zu medialer und digitaler Überflutung zu praktizieren. Was sagt die moderne Pädagogik zur Entwicklung von Kindern und Jugendlichen? Was ist die Antwort des Yoga in der Tradition T. Krishnamacharya, R. Sriram? Wie können YogalehrerInnen dies in ihrem Yoga berücksichtigen? In welche gedankliche Falle geraten sie, wenn sie den klassischen Yoga »verkindlichen«, und warum fördern sie damit die Konsumhaltung vieler Kinder und Jugendlicher? Wie kann die Philosophie des Yoga die geistige Entwicklung unterstützen? Du bekommst Einblicke in die moderne Pädagogik und deren Anwendungsmöglichkeiten im Yoga. Erlebe, wie der uralte Yoga in unserer immer schneller werdenden Welt ein Ausrufezeichen schon im Kindesalter setzt, an dem Kinder und Jugendliche Orientierung finden können, um sich in der digitalen, multimedialen Welt nicht zu verlieren. Hab den Mut, gegenzusteuern. Hilf mit, dass unsere Kinder gesund, robust und resilient werden.





Juliane Braun

war 15 Jahre lang als Managerin verantwortlich für PR und Mitarbeiterkommunikation. Sie hat beim Lichthersteller Osram eine tiefgreifende Transformation durch die Umstellung auf LED (Digitalisierung) mitgestaltet und diese schließlich im Alter von 49 Jahren für eine eigene Veränderung genutzt. Heute ist sie freie Autorin, Yogalehrerin BDY/EYU und Kabarettistin. Nach einer Ausbildung an der »Purna Yogaschule« von Agathe Bretschneider unterrichtet sie »Yoga der Energie Sanft« in Gauting. In ihrer »Suche nach dem Glück 50+« (siehe Seite 33) nimmt sie Heils- und Glücksversprechen aufs Korn. In der Nummer zu »Business Happiness« zeigt sie satirisch überspitzt, wohin ein instrumentalisierter Business-Yoga führen kann. Sie möchte der Stimme ihres Herzens folgen und Gewinn erwirtschaften – ohne sich mit den Früchten ihrer Arbeit zu sehr zu identifizieren.
www.braun-juliane.de

Business-Yoga – lassen wir uns instrumentalisieren?

05

Samstag, 22.06.
11.30–13 Uhr

Firmen investieren in Business-Yoga, um durch motivierte und leistungsfähige MitarbeiterInnen erfolgreich und fit für den Wettbewerb zu sein. Kraft, Mut und Fokus sind gefragt, um die richtigen Entscheidungen zu treffen und effizient zu handeln. Immer öfter müssen Führungskräfte und MitarbeiterInnen neben dem »normalen« Stress auch noch permanente Veränderungen bewältigen: Große Transformationsprozesse wie die Digitalisierung bedrohen die Zukunft von Unternehmen und Arbeitsplätzen. Im Workshop werden die folgenden Fragen diskutiert und Erfahrungen ausgetauscht: Inwieweit besteht die Gefahr, dass wir uns als Yogalehrende instrumentalisieren lassen? Dient ein Business-Yoga für Stressabbau und körperlich-mentale Leistungssteigerung am Ende vor allem der optimierten Ausbeutung beziehungsweise Selbstausbeutung? Wie können wir das verhindern – im Rahmen von Konzepten und praktischer Umsetzung? Wie können wir zentrale Elemente der Yoga-Philosophie im beruflichen Umfeld vermitteln? Teilweise widersprechen diese den üblichen Beurteilungs- und Anreizsystemen. Welche Wege können wir finden, um den Yoga dort wirken zu lassen, wo er dringend gebraucht wird?





Agathe Bretschneider

Yogalehrerin BDY/EYU, ist als Dozentin und Dolmetscherin für Aus- und Weiterbildung tätig. Sie leitet die »Purna Yogaschule« und seit 2005 BDY- anerkannte Yoga-Lehrausbildungen. Von Beginn an begleitet sie Yoga der Energie, eine Pädagogik des Hatha-Yoga mit speziellem Augenmerk auf die Vitalenergien. Bei Boris Tatzky, Frankreich, hat sie dieses Wissen kontinuierlich vertieft. Seit 2002 bietet sie den Lehrgang »Yoga der Energie« an. Bei Sukumar Shetty, Südindien, vertieft sie seit 20 Jahren Yoga-Philosophie, Meditation, Tiefenentspannung und bei Dr. Ellen Fischer Medizin. In den vergangenen zehn Jahren wurde ihre Arbeit ergänzend geprägt vom Intensiv- und Individualunterricht bei Peter Hersnack (1948–2016), der ein direkter Schüler von T. K. V. Desikachar war. www.purna-yogaschule.de

Von der Übung zur bewussten Geste – mudrā

06

Freitag, 21.06.
14.30–16 Uhr

Der Reichtum des Yoga wird dann erlebt, wenn der Übende seine innere Essenz berührt. Dies hat verändernde Kraft hin zu innerer Freiheit. Sie stellt uns auch zur Welt neu in Beziehung. Hatha-Yoga bezeichnet mudrā als Werkzeug und stellt sie ins Zentrum, quasi als Herz des Yoga. Ziel von mudrā ist ein besonderer energetischer innerer Raum, um das Bewusstsein zu wecken. Damit Körperhaltungen zu einer bewussten Geste – mudrā – werden, ist große Achtsamkeit entscheidend, verbunden mit Gelassen-Sein und innerer Hingabe. Agathe Bretschneider schaut über die in den Texten beschriebenen mudrā hinaus und sucht eine Annäherung an ihre Qualität bereits in vinyāsa und āsana. Dabei spielt der feine, gleichmäßige Atem eine entscheidende Rolle für die innere Wirkkraft. Im Laufe der Übung werden auch klassische mudrā und bandha angewandt. »Lange in einem glücklichen inneren Raum verweilend« (Roger Clerc) – dhyāna, in Verbindung sein, beginnt hier. In einer nahen Beziehung zu uns selbst, dem wirklichen innewohnenden Leben, können wir offen werden für wertschätzende Beziehung zu den Mitmenschen und der Gesellschaft. Hier setzt die Kraft zur Veränderung an.





Dr. Patrick Broome

ist Diplom-Psychologe und Yogalehrer. Geboren in Deutschland, aufgewachsen in Kalifornien, lebt er mit seinen zwei Kindern in München. Patrick unterrichtet seit über 20 Jahren, bildet Yogalehrende aus und leitet derzeit drei Yoga-Schulen in München. Autor von »Yoga für den Mann«, »Yoga für Alle«, »Mit Yoga leben« und »Spirituelle Krieger«. www.patrickbroome.de

Kraft und Erdung

07

Samstag, 22.06.
16–17.30 Uhr

In dieser Klasse üben wir vorwiegend kräftigende, stehende Haltungen. Ziel ist nicht die perfekte Körperposition, sondern das gute Gefühl, das entsteht. Und das unabhängig davon, wie beweglich jemand ist oder wie lange schon geübt wurde. Die geübten kraftvollen Yoga-Sequenzen stehen in der Tradition des südindischen Yoga-Meisters Krishnamacharya. Im Vordergrund steht der Atem. Die Bewegung unterstützt den Atem. Nach der Entspannung leitet Patrick durch eine Meditation der Dankbarkeit.

Hüfte und Vorwärtsbeugen

08

Sonntag, 23.06.
9.30–11 Uhr

Der körperliche Schwerpunkt dieser Klasse fokussiert auf das Becken, die Hüfte und den unteren Rücken. Nach der Tiefenentspannung leitet Patrick durch eine Meditation der Vergebung.





Dr. Anuradha Choudry

wuchs in Pondichery in der Tradition des Integralen Yoga von Sri Aurobindo und »Der Mutter« auf. Sie ist Dozentin für Sanskrit, indische Psychologie und Französisch am Indian Institute of Technology Kharagpur. Als Gastdozentin war sie unter anderem an der Gent University in Belgien tätig. Zusammen mit Dr. Vinayachandra gründete sie die »Ritambhara Yogashala« in Bangalore, gab das Buch »Perspectives on Indian Psychology« heraus und schrieb das Buch »Happiness – Indian Perspectives«. Sie leitet weltweit Workshops und war Ehrengast beim Kongress der Europäischen Yoga-Union (EYU) 2017 in Zinal.

Die transformierende Kraft der Mantras

09

Samstag, 22.06.
9.30–11 Uhr

Die Welt des Klangs ist ein faszinierendes Thema, denn sie ist sehr innig mit unserem Leben verknüpft. Klänge haben das Potential, uns tiefe Wahrheiten über uns selbst zu vermitteln. Der Workshop möchte Theorie und Praxis verbinden, um den TeilnehmerInnen eigene Erfahrungen mit der transformativen Kraft der Mantras und Klänge aus dem Sanskrit zu ermöglichen.

Anmerkung: Der Workshop findet in englischer Sprache statt.





Dr. B. K. Vinayachandra

promovierte an der Pondicherry University über psychologische Einsichten in die Veden. Er ist Leiter des Veda Vijnana Shodha Samsthanam, einem in Bangalore ansässigen Forschungszentrum für Sanskrit, Yoga und Indic Studies, und arbeitet außerdem als Senior Consultant für das National Education Policy Committee. Er ist Gastdozent an Universitäten in Belgien, der Schweiz; Deutschland und Israel. Zudem ist er Gründer und Leiter des »Takshashila Institute of India Studies (TIIS)« und der »Ritambhara Yogashala« in Bangalore.



Dr. Anuradha Choudry

wuchs in Pondicherry in der Tradition des Integralen Yoga von Sri Aurobindo und »Der Mutter« auf. Sie ist Dozentin für Sanskrit, indische Psychologie und Französisch am Indian Institute of Technology Kharagpur. Als Gastdozentin war sie unter anderem an der Gent University in Belgien tätig. Zusammen mit Dr. Vinayachandra gründete sie die »Ritambhara Yogashala« in Bangalore, gab das Buch »Perspectives on Indian Psychology« heraus und schrieb das Buch »Happiness – Indian Perspectives«. Sie leitet weltweit Workshops und war Ehrengast beim Kongress der Europäischen Yoga-Union (EYU) 2017 in Zinal.

Pfade zum Glück entdecken

10

Freitag, 21.06.
14.30–16 Uhr

Die Suche nach dem Glück ist ein entscheidender Antrieb menschlichen Handelns. Wir arbeiten, verdienen Geld, fahren in den Urlaub, um für ein paar Augenblicke die flüchtige und dennoch höchst erstrebenswerte Erfahrung des Glücks zu kosten. Aber was genau ist dieses Glück, dem wir nachjagen? In Indien hat die Beschäftigung mit dem Glück eine lange Tradition und es wurden Mittel entdeckt, um es zu einer bleibenden Erfahrung zu machen. In diesem Workshop erforschen wir vor dem Hintergrund der indischen Überlieferung einige Pfade zum Glück, indem wir die eigenen Glückserfahrungen genauer ansehen und gemeinsam versuchen, das Geheimnis eines andauernden Glücks zu ergründen.



Anmerkung:

Der Workshop findet in englischer Sprache statt.



Bina Dorn-Ebert

ist seit vielen Jahren als Yogalehrerin im In- und Ausland unterwegs. Sie unterrichtet Hatha-Yoga mindfulness (achtsames Yoga und Meditation) und bietet Gesundheitsförderung mit Hatha-Yoga in Firmen an. Zudem arbeitet sie als Kunsttherapeutin und Fachtherapeutin für Psychotherapie (HPG) in eigener Praxis. Persönlich praktiziert sie vorwiegend Asthanga-Yoga und Zen-Meditation. Künstlerisch arbeitet sie zurzeit mit Yantren, Zentrierungsarbeiten und Buddha-Skulpturen für ihre nächste Einzelausstellung, die 2019 in Berlin stattfindet. www.to-be-om.com

Energie schöpfen, Ruhe finden

11

Samstag, 22.06.
9.30–11 Uhr

Wir leben in einer schnelllebigen, bewegten Zeit und alles um uns herum scheint zu schwingen vor lauter Infos und Sinneseindrücken. In dieser Zeit ist es wichtig geworden, einen inneren Anker zu haben, der uns innehalten lässt und uns einen sicheren Hafen gibt. Eine selbstgestaltete Zentrierung kann im modernen Alltag ein solcher Anker zum Innehalten sein. Es gibt die Möglichkeit, beim Betrachten dieser Zentrierungsgestaltung stehenzubleiben, den Atem ruhig werden zu lassen, im Moment anzukommen, Energie zu schöpfen und durch ein einfaches āsana beziehungsweise eine Atemtechnik unterstützt, kann das ein wunderbares »tool« sein. Im Workshop wird eine geführte Meditation angeleitet und es werden einige Atem- und Körperübungen praktiziert, die uns harmonisieren und beruhigen. Anschließend ist Raum für das kreative Gestalten (bitte Papier und eigenes, favorisiertes Malmaterial mitnehmen). Wenn Sie Lust haben, sich gestalterisch auszudrücken und ein individuelles »tool« der Ruhe zu finden, sind Sie in diesem Workshop genau richtig.





Ralph Engelbrecht

Yogalehrer BDY/EYU, Dipl. Ing. (FH). Kommunikation zu erforschen und zu erleben ist der rote Faden in seinem Leben. Kommunikation mit dem Körper, dem Geist und der Seele durch Taekwondo, Yoga und Meditation. Kommunikation mit der Energie durch Energyyoga, Bioenergetik, Chakrenarbeit, Qigong und vieles mehr. Kommunikation mit Menschen in Yoga-, Männer-, Gemeindeentwicklungs- und Kommunikationsseminaren, die er als Moderator und Kursleiter gibt. Berufsbegleitende Aus- und Weiterbildungen: Taekwondo, Ausbildung in Humanistischer Psychologie (Bioenergetik, Biodynamik, NLP, Atem- und Körperarbeit ...), Yoga-Lehrausbildung, Meditation und Kontemplation, Rituallehrausbildung, Kursleitungs- und Moderationsausbildung, Enneagramm-Ausbildungen und regelmäßige Supervision, seit 2017 Dynamic Facilitation mit Jim Rough. www.engelbrecht-therapieundyoگا.de



Kristina Henry

war nach dem Studium der Informationswissenschaften in Regensburg und York über 13 Jahre in der IT-Branche tätig. Als Personalverantwortliche oder Pressesprecherin, im Marketing oder in der Geschäftsführung eines mittelständischen Unternehmens hatte sie immer mit Kommunikation zu tun. Dabei hat sie diverse Organisationsstrukturen kennengelernt. Mit ihrer Ausbildung zur Mediatorin wurde ihr deutlich, dass es weniger die IT war, die sie am Job faszinierte, sondern die Menschen, mit denen sie zu tun hat. Seit dieser Erkenntnis ist sie als Mediatorin, Moderatorin und Trainerin selbstständig tätig. Dabei liegen ihr die partizipativen Methoden und ganzheitlichen Herangehensweisen besonders am Herzen. Seit 2018 ist sie im Vorstand des »Dynamic Facilitation e. V.« www.kristina-henry.de, www.dynamicfacilitation.org

Dynamic Facilitation und Wisdom Councils – Problemlösung der besonderen Art

12

Samstag, 22.06.
9.30–11 Uhr und
11.30–13 Uhr

Komplexe Probleme – sogenannte Wicked Problems –, mit denen wir mittlerweile fast überall konfrontiert werden, verlangen Lösungswege, die einen Umweg gehen. Während konventionelle Lösungswege vornehmlich auf unseren Erfahrungen aufbauen und es kaum schaffen, auch emotionale Aspekte – Gefühle, Bedürfnisse und Interessen – mit in die Lösungen einzubeziehen, gibt es mit Dynamic Facilitation eine Moderationsmethode, die genau das zu Wege bringt. Dynamic Facilitation öffnet die Tür zu kreativen Bereichen, die es Individuen und Gruppen erlaubt, Zugang zu ihrem unbegrenzten kreativen Potenzial zu bekommen, neue Wege der Zusammenarbeit und des Zusammenlebens zu entdecken und einzigartige Lösungen für beinahe unlösbare Probleme zu finden. Ralph Engelbrecht und Kristina Henry stellen die Moderationsmethode und dahinterliegenden Konzepte vor. In der anschließenden Live-Demonstration können die TeilnehmerInnen die Wirkung von Dynamic Facilitation persönlich erleben. Das »Werkzeug« Wisdom Council (Rat der Weisen) macht aus Mitgliedern MitentscheiderInnen in allen Arten von Organisationen.





Ulrich Fritsch

Yogalehrer BDY/EYU, hat Politikwissenschaften und Germanistik studiert, ein sieben-jähriges systematisches Studium des Buddhismus absolviert und eine mehrjährige Weiterbildung in Yoga-Einzelunterricht bei Martin Soder und Imogen Dalmann erhalten. Er ist seit vielen Jahren als Referent in der Yoga-Lehrausbildung tätig und arbeitet in der eigenen Praxis für Yoga-Einzelunterricht. Er entwickelte das Konzept »Gemeinwohl Yoga« und hat zahlreiche Fachartikel publiziert. Seit vielen Jahren ist er gesellschaftspolitisch in verschiedenen Gruppen aktiv. www.gemeinwohlyoga.de

GemeinwohlYoga und nachhaltiges Leben – Erprobungen für den Wandel

13

Freitag, 21.06.
14.30–16 Uhr

Was hätte der Körper zum Thema »Nachhaltig handeln« beizutragen, würden wir ihn bewusst wahrnehmen und ausdrücklich sprechen lassen? Welche visionären Perspektiven auf ein Thema wie »Nachhaltiges Leben« könnten wir gewinnen? Und inwiefern könnten auf diese Weise Modelle entwickelt werden, mit denen wir auch politisch wirksam werden können? Inwiefern wäre also eine andere Zukunftsentwicklung möglich, wenn über die kognitiven Informationen hinaus ein körperliches Teilhaben ermöglicht würde? Die Einbeziehung des körperlichen Erlebens eröffnet Erkenntnisquellen, die weit über die verstandesmäßigen Möglichkeiten hinaus reichen. Sie ermöglicht neue Zugänge zur Lösung politischer Fragen. Diese Pionierarbeit möchte Ulrich Fritsch vorstellen.





Petra Gaus

Yogalehrerin BDY/EYU in der Tradition Krishnamacharya/Desikachar/Sriram, Schülerin von Helga Simon-Wagenbach und von ihr autorisiert, Yoga-Meditation zu lehren. Regelmäßige Weiterbildungen in Meditation, Philosophie, Yoga-Therapie. Schwerpunkte: Einzelunterricht, prānāyāma, Yoga-Meditation auf der Grundlage des Yoga-Sutra nach Patañjali. 2012 Eröffnung der »Yogaschule Kassel«, die sie gemeinsam mit Rosemarie Hülsmann führt. www.yoga-meditation-kassel.de

Hat der Yoga die Kraft, auf gesellschaftlicher Ebene Veränderungen zu bewirken?

14

Samstag, 22.06.
16–17.30 Uhr

Die Übung der spürenden Achtsamkeit, in der Yoga-Praxis eingeübt und in der Meditation vertieft, führt zu Klarheit im Geist und Weite im Herzen. Veränderung beginnt beim Einzelnen. Ein Workshop mit āsana – prānāyāma – Meditation.





Peter Greve

Yogalehrer BDY/EYU, Physiotherapeut (BSc & HP in Physiotherapie), unterrichtet seit mehr als 20 Jahren Yoga. Mit Nicole Verheyden gründete er 2007 in Berlin »Die Yoga-praxis«. Gemeinsam leiten sie dort auch eine vom BDY anerkannte Yoga-Lehrausbildung. Peter Greve studierte Physiotherapie, um Erkenntnisse über das Bewegungssystem für Yoga nutzbar zu machen. National und international gibt er Workshops und Seminare, die sich schwerpunktmäßig mit Bewegung als (Heil)Mittel zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden befassen.

Padmāsana: Chancen und Risiken vom Lotussitz und verwandter āsana

15

Freitag, 21.06.
14.30–16 Uhr

In der Geschichte des Yoga kommt padmāsana ein außerordentlich hoher Stellenwert zu. Wie kein anderes āsana bietet es die Chance, geerdet und zugleich aufrecht zu sitzen. Der „halbe“ Lotus oder Lotus ist zudem eine zentrale Komponente von vielen Yoga-Haltungen. Bei all diesen āsana besteht jedoch die Gefahr, sich den Meniskus im Knie zu verletzen. Welche Faktoren erhöhen, welche reduzieren das Risiko einer Läsion? Welche Rolle spielen dabei anatomische Gegebenheiten von Hüfte und Knie? Ist es geboten, den halben Lotus oder Lotus auf eine bestimmte Weise einzunehmen? Wie lässt sich der halbe Lotus variieren und wann ist von padmāsana abzuraten? Bedürfen wir überhaupt dieser āsana? Diese Fragen werden wir in Theorie und Praxis einer genauen Analyse unterziehen.

Ausgewogen stabil und mobil

16

Samstag, 22.06.
9–11 Uhr

Die Qualität von Haltungen und Bewegungen hat einen nicht unerheblichen Einfluss auf die muskuloskeletale Gesundheit. Die Qualität einer Haltung oder einer Bewegung wird im Yoga maßgeblich von der Fähigkeit bestimmt, zugleich stabil und mobil zu sein. Im Yoga können wir die Fähigkeit trainieren, während einer Bewegung oder in einer Haltung bestimmte Gelenkabschnitte zu stabilisieren und andere gleichzeitig zu mobilisieren. Kraft und Beweglichkeit, Gelenkstellungs- und Bewegungssinn werden so gleichermaßen gefördert. Das Konzept der Ausgewogenheit von Stabilität und Mobilität und dessen Wert für die Yoga-Praxis möchte der Workshop durch theoretischen Input, praktische Beispiele und Übungssequenzen eingehend untersuchen.



Workshops und Rahmenprogramm im Überblick

Tag + Zeit	ReferentIn + Workshop	
Freitag, 21.06.2019		
14.30–16 Uhr	Peter Greve Padmāsana: Chancen und Risiken vom Lotussitz und verwandter āsana	Ulrich Fritsch GemeinwohlYoga und nachhaltiges Leben – Erprobungen für den Wandel
17–18 Uhr	Begrüßung	
20–21 Uhr	Kabarett mit Juliane Braun und Nicole Winter	
21.15–23 Uhr	Tanz mit Andreas Buhr	
Samstag, 22.06.2019		
7–8 Uhr	Morgenpraxis	
9.30–11 Uhr	Dr. Anuradha Choudry Die transformierende Kraft der Mantras	Kristina Henry & Ralph Engelbrecht Dynamic Facilitation und Wisdom Councils – Problemlösung der besonderen Art
11.30–13 Uhr	Elgin Heuerding »In Beziehung sein« – mit sich, mit und in der Welt	Kristina Henry & Ralph Engelbrecht Dynamic Facilitation und Wisdom Councils – Problemlösung der besonderen Art
14.30–15.30 Uhr	Prof. Dr. Joachim Bauer – Vortrag »Fühlen können, was andere fühlen« – Das Geheimnis der Empathie aus neurowissenschaftlicher Perspektive	
16–17.30 Uhr	Dr. Patrick Broome Kraft und Erdung	Markus Stockhausen Singen und Stille – Wenn die Seele singt Endet um 18 Uhr
20–21.30 Uhr	Konzert mit Markus Stockhausen und Tara Bouman	
Sonntag, 23.06.2019		
7–8 Uhr	Morgenpraxis	
9.30–11 Uhr	Petra Wißmann Wie kann Yoga den Veränderungsprozess vom Ego- zum Öko-Bewusstsein unterstützen?	Anna Trökes Yoga als Weg zu einer ganzheitlichen Resilienz
11.15–12 Uhr	Präsentation der Ergebnisse aus den theoretischen Workshops	
12–13 Uhr	Sinfonie mit Markus Stockhausen	

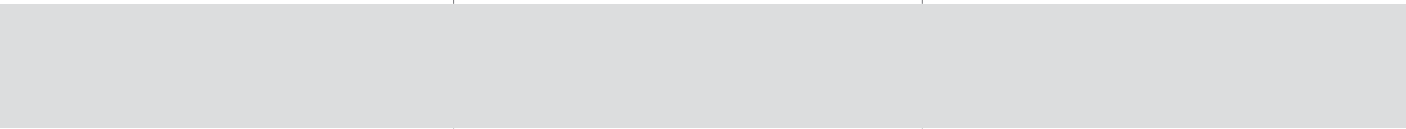


Dr. B. K. Vinayachandra & Dr. Anuradha Choudry Pfade zum Glück entdecken	Agathe Bretschneider Von der Übung zur bewussten Geste – mudrā	Dr. Ronald Steiner Eine bewegte Meditation – Ashtanga-Yoga (AYI)
--	--	--



Bina Dorn-Ebert Energie schöpfen, Ruhe finden	Peter Greve Ausgewogen stabil und mobil Beginnt um 9 Uhr	Inge Ankenbauer-Wild Wie gewaltfrei sind (Mehrheits-) Entscheidungen und geht es auch anders? – Workshop I
---	--	--

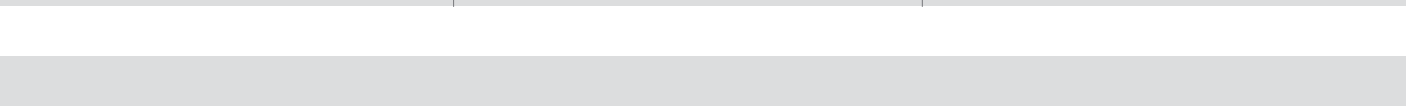
Juliane Braun Business-Yoga – lassen wir uns instrumentalisieren?	Petra Martin Die intrinsische Verbindung von Selbstfürsorge und Umweltschutz – Synergie-Yoga	Inge Ankenbauer-Wild Wie gewaltfrei sind (Mehrheits-) Entscheidungen und geht es auch anders? – Workshop II
---	--	---



Veronika Karl Yama und niyama – welche Bedeutung und Relevanz haben sie für unsere heutige Gesellschaft?	Petra Gaus Hat der Yoga die Kraft, auf gesellschaftlicher Ebene Veränderungen zu bewirken?	Dr. Ronald Steiner Tue Deinen Knien etwas Gutes – Yoga-Therapie (AYI)
--	--	---



Dr. Patrick Broome Hüfte und Vorwärtsbeugen	Kornelia Becker-Oberender Yoga für Kinder und Jugendliche als analoge Antwort auf digitale und mediale Überforderung	Bernd Bachmeier Mantrasingen
---	--	--





Elgin Heuerding

Yogalehrerin BDY/EYU, ist auf dem Yoga-Weg, seitdem ein Ayurveda-Arzt ihr 1999 in Indien zu Yoga geraten und āsana gezeigt hat. Dann hat sie Yoga der Energie entdeckt und sich bei der »Purna-Yogaschule« von Agathe Bretschneider zur Ausbildung als Yogalehrerin BDY/EYU angemeldet. Bei Boris Tatzky hat sie Fortbildungen für prānāyāma besucht. In Indien ist sie mehrfach bei Sukumar Shetty eingetaucht in vedānta, prānāyāma, Tiefenentspannung. Zu ihrem Beruf als Radio-Moderatorin haben sich auch Verbindungen ergeben: Ihre Qualitäten in der Kommunikation kann sie als Moderatorin von Vorstellungstunden, als Dozentin für Unterrichtsgestaltung oder Stimme und Sprache bei der »Purna-Yogaschule« einbringen. Nachhaltig geprägt hat sie die Begegnung mit Peter Hersnack, den sie in Gruppen- und im Einzelunterricht erleben durfte.

»In Beziehung sein« – mit sich, mit und in der Welt

17

Samstag, 22.06.
11.30–13 Uhr

Viele von uns erleben in Beziehungen Verwicklungen. Was braucht eine gelingende Beziehung? Das Yoga-Sutra nennt zuallererst Stabilität. Die kann laut Patañjali Raum generieren. Zum Beispiel wenn eine Haltung zugleich stabil und angenehm ist (YS II, 46), wobei die Stabilität an erster Stelle steht. Stabil und angenehm wird eine Haltung, wenn Becken und Kopf in einer freien Beziehung zueinander stehen. Dafür benötigen beide ihren Raum, ihre Verschiedenheit zu haben und zu leben, um interagieren zu können. Diese hier skizzierte freie Beziehung lässt sich durch eine entsprechende Yoga-Praxis erfahren. Diese steht im Zentrum des Workshops. Das In-Beziehung-sein lässt sich von da aus übertragen auf andere Beziehungen: auf die von Körper und Atem; vom Ich und der Welt; auf die Beziehung zum Leben. Die Vorgehensweise in diesem Workshop fußt im Wesentlichen auf dem, was Elgin Heuerding von Peter Hersnack gelernt hat. Das Yoga-Sutra war für ihn ein Text, der von unserem »Sein in der Welt« handelt.





Veronika Karl

Yogalehrerin BDY/EYU, Schul- und Ausbildungsleitung der »Yogaschule Nordbayern«, Kontinuierliche Yoga-Praxis seit 1973, Ausbildung im Kontaktstudium des BDY, ununterbrochene Yoga-Lehrtätigkeit seit 1991 in Erlangen, Praxis der Integralen Yoga-Meditation seit 2000, Weiterbildung in Integraler Yoga-Meditation, Weiterbildung Yoga Cikitsa bei D. V. Sridhar, Weiterbildung in Vedic Chant, Leitung der Yoga-Lehrausbildung seit 2004, Dozentin für Hatha-Yoga, Yoga-Philosophie, Patañjali/Yoga-Sutra, Unterrichtsgestaltung, Moderation von Vorstellstunden, Sprecherin des »Fachkreises Schulen und Ausbildung« (FKAS) im BDY, langjährige Sprecherin der Ausbildungsschulen im BDY, Autorin des Studienbegleitheftes »Sanskrit-Glossar«. www.yogaschule-nordbayern.de

Yama und niyama – welche Bedeutung und Relevanz haben sie für unsere heutige Gesellschaft?

18

Samstag, 22.06.
16–17.30 Uhr

Seit vielen Jahren unterrichtet Veronika Karl in der Yoga-Lehrausbildung die yama und niyama und findet, dass wir diesen Aspekten der ethischen Richtlinien des Yoga nicht nur in Bezug auf uns selbst und im Umgang mit unseren TeilnehmerInnen, sondern auch in unserem gesellschaftlichen Umfeld mit seinen vielfältigen und teilweise rasanten Veränderungen wieder mehr Beachtung schenken sollten. Die yama und niyama sind nicht nur Teil des Yoga-Sutra, sondern werden noch umfangreicher in zwei anderen Quellentexten erwähnt, der Yoga Yājñavalkya und der Hatha-Pradīpikā. In diesem Workshop werden zunächst die Texte in einem theoretischen Teil am Beginn einander gegenübergestellt. Anschließend soll gemeinsam erarbeitet und reflektiert werden, welche Aspekte der yama und niyama für die heutige Gesellschaft besonders wichtig sind und wie wir diese in unserem Unterrichten und auch persönlich in unserem Leben und Wirken in der Gesellschaft umsetzen können.





Petra Martin

Yogalehrerin BDY/EYU, schloss den Bachelor of Arts in Tanz und Performing Arts in Education in New York City beim »Empire State College« ab. Dort arbeitete sie sechs Jahre als Yogalehrerin, Tänzerin und Choreographin. Ihre Ausbildung zur Vinyasa-Yoga-Lehrerin erfolgte bei »OM Yoga« in New York City unter der Leitung von Cyndi Lee. Es folgten eine Vertiefung zur Anusara-Yogalehrerin Level 1 unter John Friend in Atlanta und Level 2 mit Vilas und Lalleshvari Turske in Berlin. Ihre Yoga-Studien führte Petra Martin mit Anna Trökes an der »TRIKA Akademie für Hatha Yoga« in Berlin fort. 2006 gründete sie das Projekt »Vast Sky Yoga« in Berlin, um Yoga und Meditation direkt zu den Menschen an ihren Arbeitsplatz zu bringen. Seit 2015 leitet sie ihr eigenes Yoga-Studio, »Puls Yoga« in Berlin Kreuzberg. www.studio-puls-berlin.com

Die intrinsische Verbindung von Selbstfürsorge und Umweltschutz – Synergie-Yoga

19

Samstag, 22.06.
11.30–13 Uhr

Dieser Workshop schlägt eine Brücke von der Erkenntnisarbeit und dem Kultivieren von Achtsamkeit in der Yoga-Praxis zu der Notwendigkeit des respektvollen und auch wissenden Umgangs mit der Natur. Synergie Yoga möchte diese Brücke für die TeilnehmerInnen direkt erlebbar machen. Zum einen durch das intellektuelle Verstehen der Zusammenhänge, jñāna. Hauptpfeiler hierfür ist die tantrische Sichtweise unserer Welt, die besagt, dass das Bewusstsein die verbindende Quelle zwischen allen Phänomenen des Körpers, der Erde und schlichtweg der Vielfalt des Lebens ist. Zum anderen durch das Erleben dieses Wissens in Form von Yoga und Klang, vijñana, mittels einer Yoga-Praxis, die uns ins Herz der Lebensenergie in uns selbst führt. Daran schließt sich ein freier künstlerischer Ausdruck dieses Erlebens an, die Aktion, karma, in Form eines Wandbildes, das speziell für diesen Workshop konzipiert wird. Der Workshop spricht uns somit auf den unterschiedlichen Ebenen unseres Seins an, um uns eine echte Erfahrung von Verbundenheit machen zu lassen. Das ist die intrinsische Synergie in jedem einzelnen.



Foto: Gabriel Aszalos



Dr. Ronald Steiner

Begründer der AYI Methode, Yogalehrer BDY/EYU, ist Arzt, Wissenschaftler und Sportmediziner sowie einer der bekanntesten Praktiker des Ashtanga-Yoga. Er gehört zu den wenigen ganz traditionell von den indischen Meistern Sri K. Pattabhi Jois und BNS Iyengar autorisierten Yogalehrern. Die von ihm begründete AYI Methode steht für traditionellen Ashtanga-Yoga mit innovativer Yoga-Therapie. Körper und Geist finden so zueinander und gemeinsam in eine harmonische Balance. www.ashtangayoga.info

Eine bewegte Meditation – Ashtanga-Yoga (AYI)

20

Freitag, 21.06.
14.30–16 Uhr

Ashtanga-Yoga ist der Tanz des Atems mit dem Körper. Doch er geht noch weit darüber hinaus: Jeder Aspekt Deines Menschseins kommt in Einklang und Harmonie. So entsteht eine ganzheitliche bewegte vom Atem getragene Meditation. Ronald zeigt Dir einen nach modernen und bewegungsphysiologischen Gesichtspunkten ausgeglichenen Weg, in diese dynamische Stille einzutauchen.

Tue Deinen Knien etwas Gutes – Yoga-Therapie (AYI)

21

Samstag, 22.06.
16–17.30 Uhr

Verletzungen oder Beschwerden im Bereich der Knie sind häufig. Das ist genug Grund, Deinen Knien etwas Gutes zu tun. In dieser Yoga-Stunde begleitet Dich Ronald durch eine ganzheitliche Yoga-Praxis mit speziellen Übungen für gesunde Knie. Nebenbei erlebst Du die Schritte der Yoga-Therapie der AYI Methode an diesem Beispiel.



Foto: Gerhard Richter



Markus Stockhausen

lebt in der Nähe von Köln als freischaffender Musiker. Als Trompeter gibt er international Konzerte mit vorwiegend eigener Musik. Er komponierte unter anderem für das Metropol Orchestra, die Hamburger Symphoniker, die 12 Cellisten der Berliner Philharmoniker und viele andere namhafte Ensembles. Jährlich gibt er Kurse zu den Themen »Intuitive Music and More«, »Singen und Stille« und »Heilsame Klänge«. Sein besonderes Interesse gilt der Transformation durch Klang. Über 80 CD-Veröffentlichungen dokumentieren das Schaffen von Markus Stockhausen. 2005 wurde er mit dem WDR-Jazzpreis als bester Improvisator ausgezeichnet, 2017 erhielt er die Silberne Stimmgabel des Landesmusikrates NRW und den JTI Jazz Award, 2018 den Echo-Jazz-Preis.
www.markusstockhausen.de

Singen und Stille – Wenn die Seele singt

22

Samstag, 22.06.
16–18 Uhr

Singen als Weg zum Selbst – mit Markus Stockhausen, der auch am Klavier begleitet. Keine Lieder und Mantras, aber viele Improvisationen, auch mit Bewegung. Transformation durch Klang. Für spirituell Interessierte. Die Konzentration auf Klang, das Verschmelzen mit Klang führt uns ins Jetzt, zu uns selbst, auf sehr einfache und natürliche Weise. Klang ist jenseits des Mentalen unmittelbar erlebbar und daher erfrischend – der Kopf wird frei. Und wenn beim Singen Harmonie entsteht, dann ... ist es einfach schön. Harmonische Klänge ordnen uns innerlich, Spannungen können sich lösen. Da das Denken ruhen kann und nur das Singen, Schwingen, Hören, Spüren und Schweigen im Vordergrund stehen, entspannt sich unsere im Alltag oft allzu sehr angespannte Person. Nach jeder Gesangssequenz wird die Stille geübt und die Klänge können nachwirken. Einfache Meditationsanleitungen helfen, den Weg zur Quelle in uns zu finden.





Anna Trökes

Yogalehrerin BDY/EYU, ist eine der profiliertesten Yogalehrerinnen und -Autorinnen im deutschsprachigen Raum. Sie unterrichtet seit 1974 und lehrt seit 1984 innerhalb der Yoga-Lehrausbildungen des BDY und anderer europäischer Verbände. Anna Trökes ist Heilpraktikerin, ausgebildete Rückenschulleiterin und Seminarleiterin für Rücken-Braining. Sie kombiniert in ihrer Arbeit die Erkenntnisse der Psychologie und medizinischen Forschung mit der Yoga-Philosophie und den seit Jahrhunderten bewährten Übungen des Hatha-Yoga. Yoga ist für sie ein ganzheitliches Übungssystem, das den modernen Menschen in Theorie und Praxis durch die Herausforderungen des Alltags geleiten kann. In den letzten 20 Jahren veröffentlichte sie über 30 Bücher, CDs und eine DVD zum Thema Yoga. www.prana-yogaschule.de

Yoga als Weg zu einer ganzheitlichen Resilienz

23

Sonntag, 23.06.
9.30–11 Uhr

Yoga bietet uns sowohl die Konzepte als auch einen einfach umsetzbaren Übungsweg an, um mehr innere Widerstandskraft (Resilienz) in Körper und Geist zu begründen. Zum einen wirken die Körper- und Atemübungen des Yoga direkt auf das vegetative Nervensystem, was uns erlaubt, ganz gezielt den Auswirkungen schädlichen Stresses entgegenzusteuern und so allmählich spürbar stressresistenter zu werden. Zum anderen finden wir in der Yoga-Philosophie (die sich als eine angewandte Psychologie versteht) viele Anleitungen, um unseren Geist so umzugestalten, dass er positiver, flexibler und anpassungsfähiger mit den Wechselfällen des Lebens umzugehen vermag. Und schließlich vermag die Meditation uns so in uns zu begründen, dass wir spüren und wissen, dass uns in diesem Leben nichts mehr so schnell umwerfen kann. Die Konzepte, die in diesem Workshop vorgestellt werden, werden heute gleichermaßen in der Prävention wie auch in der Therapie von Burnout eingesetzt.





Petra Wißmann

Yogalehrerin BDY/EYU, arbeitet als systemische Trainerin und Coach in der Personal- und Führungskräfteentwicklung für NGOs und Wirtschaftsunternehmen im nationalen und internationalen Kontext. Über 19 Jahre Berufspraxis in der Begleitung von Menschen und Teams in Veränderungsprozessen und ihre eigene Veränderungserfahrungen im Beruflichen sowie Privaten sind die Grundlage für ihre Coachings und Trainings. Daneben arbeitet sie als Yogalehrerin, so dass sie das reiche Wissen des Hatha-Yoga neben den Systemischen Lösungs-Methoden und Tools in ihre Arbeiten mit einbeziehen kann.
www.petra-wissmann.com

Wie kann Yoga den Veränderungsprozess vom Ego- zum Öko-Bewusstsein unterstützen?

24

Sonntag, 23.06.
9.30–11 Uhr

Die Krisen der heutigen Zeit (Energiewandel, Tierartensterben, Finanzkrisen ...) können oftmals nicht auf der Denkebene gelöst werden, auf der sie entstanden sind. Die Denkweise der Ego-Maximierung und somit des maximalen materiellen Konsumwunsches bringt Ergebnisse, die niemand will. Wie schaffen wir gemeinsam eine neue Denk- und Lebensweise (Öko-Bewusstsein), die uns Lebewesen der Erde gesund in die Zukunft führt? Auf dem Weg zum Öko-Bewusstsein können alle Beteiligten im sozialen Feld durch ihre Veränderung das kollektive Bewusstseinsfeld stärken und damit sprunghafte Bewusstseinsveränderung für andere ermöglichen. Yoga in Kombination mit der Theorie U (Veränderungsprozesse zu begleiten nach Otto Scharmer) ist eine Möglichkeit, Gruppen bei Veränderungs- und Entwicklungsprozessen wertschätzend zu unterstützen. Dieser Workshop stellt in einem kurzen Überblick die Theorie U und deren achtsamkeitsbasierte Elemente vor. In Kleingruppenarbeiten werden wir uns dem bewussten Zuhören nach den vier Ebenen widmen und somit eine achtsame Methode kennenlernen, die Veränderungsdialektik unterstützen kann. Darüber hinaus gibt es den Raum, das eigene Bild im Zusammenhang mit dem Öko-Bewusstsein zu schärfen.





Rahmenprogramm



Andreas Buhr

Yogalehrer BDY/EYU, integraler Coach und Dipl.-Sozialpädagoge, ist als Yogalehrer seit 2001 in Dortmund aktiv. Zusammen mit seiner Frau Marion gründete er 2008 den »R-AUM für Yoga und integrale Lebenspraxis« in Dortmund, in dem er als Yogalehrer und Coach selbstständig tätig ist. Darüber hinaus ist er als Dozent in der BDY-Yoga-Lehrausbildung zu den Themen Bhagavadgītā und Sāṅkhya tätig.
www.raum-fuer-yoga-und-therapie.de

Finde Deinen Rhythmus, lass Dich tanzen

Freitag, 21.06.
21.15 – ca. 23 Uhr

Andreas Buhr, der bereits bei vielen Mitgliederversammlungen die musikalische Abendgestaltung übernommen hat, legt gute alte Klassiker aus Soul, Funk, Pop und Rock und coole Hits aus der Neuzeit auf. Es darf einfach getanzt werden, denn Tanzen verbindet.





Juliane Braun

war viele Jahre lang PR-Managerin in einem Konzern. Heute ist sie freie Autorin, Yoga-lehrerin BDY/EYU und Kabarettistin. Theater spielt sie seit dem Gymnasium, aber erst mit 50+ entdeckte sie ihre Begabung fürs Schreiben witziger Texte und ihr komödian-tisches Talent. Inspirationen wurden ihr geschenkt, Kreativität konnte sich entfalten. Den letzten Schliff gab ihr die Schauspielerin und Regisseurin Barbara Weinzierl.
www.braun-juliane.de



Nicole Winter

studierte an der Hochschule für Musik München Klavier und Liedbegleitung und gewann 1988 den Preis des Deutschen Musikwettbewerbes Bonn für Klavierpartner. Heute ist sie Korrepetitorin unter anderem beim Philharmonischen Chor München und der Baye-rischen Singakademie. Ihr Talent fürs Komponieren und Improvisieren hat sie für die »Suche nach dem Glück 50+« wiederentdeckt.

Suche nach dem Glück 50+ – Kabarett mit Klavier mit Juliane Braun und Nicole Winter

Freitag, 21.06.
20–21 Uhr

Bei beruflichen und persönlichen Transformationsprozessen sind Juliane Braun (55) viele Menschen und Methoden begegnet, die zum Glück führen können – auch in der zweiten Lebenshälfte. Die sehnsüchtige Suche mit spritzigen musikalischen Einlagen von Nicole Winter beginnt mit der Bot-schaft eines Glückskekses und führt über effizientes Business-Yoga zur optimalen Potentialentfaltung. Ein lustvoll komponiertes Kabarett-Pro-gramm mit Leichtigkeit und Tiefgang, das spontane Erleuchtung garantiert – auch bei Zuschauern unter 50 Jahren.



Foto: Gerhard Richter



Markus Stockhausen

lebt in der Nähe von Köln als freischaffender Musiker. Als Trompeter gibt er international Konzerte mit vorwiegend eigener Musik. Er komponierte unter anderem für das Metropolitan Orchestra, die Hamburger Symphoniker, die 12 Cellisten der Berliner Philharmoniker und viele andere namhafte Ensembles. Jährlich gibt er Kurse zu den Themen »Intuitive Music and More«, »Singen und Stille« und »Heilsame Klänge«. Sein besonderes Interesse gilt der Transformation durch Klang. Über 80 CD-Veröffentlichungen dokumentieren das Schaffen von Markus Stockhausen. 2005 wurde er mit dem WDR-Jazzpreis als bester Improvisator ausgezeichnet, 2017 erhielt er die Silberne Stimmgabel des Landesmusikrates NRW und den JTI Jazz Award, 2018 den Echo-Jazz-Preis.
www.markusstockhausen.de

Singphonie mit Markus Stockhausen – Gemeinsames Tönen in einer großen Klangmeditation

Sonntag, 23.06.
12 – 13 Uhr

Markus Stockhausen wird am Klavier begleitend und mit seinem Flügelhorn zum Mitsingen/Mittönen einladen. Es werden keine Lieder gesungen, sondern es geht um ein kraftvolles, harmonisches Miteinander. Sei authentisch mit Dir selbst in Kontakt und bringe das Tönend zum Ausdruck. So kommst Du über das Tönen bei Dir selbst an. Du bekommst einen tieferen Zugang zu Dir selbst, kannst über Dich hinauswachsen und zum Wesentlichen vordringen, der Quelle des Seins, deren Teil Du bist. Singen als Weg zum Selbst, Tönen als Weg in die Stille. Aus der Stille kommen die Töne, in der Stille schwingt das erlebte Äußere nach. Es geht nicht darum, etwas zu können. Jede Bewertung fällt weg. So spüren wir unser seelisches Wesen stärker und unsere Kreativität wird geweckt. Das Erlebnis: jede und jeder von uns ist ein Ton in einer kosmischen Symphonie. Die Klangschwingungen lassen uns eine Einheit spüren jenseits des Persönlichen. Momente des Innehaltens laden zur Meditation ein. Klang schwingt fort in der Stille, innere Stille wird während der Musik erlebt. Und es macht einfach Freude im großen Klang mitzusingen.





Tara Bouman (Klarinette, Bassklarinetten)

studierte klassische Klarinette mit Schwerpunkt zeitgenössische Musik an der Hochschule für Musik in Amsterdam. Als Solistin und Kammermusikerin spielte sie Konzerte in ganz Europa, USA, Mexico und Chile. Nachdem sie viele Jahre in diesem Bereich konzertierte, vertiefte sie sich mehr und mehr in die Improvisation und intuitive Musik – angeregt durch Markus Stockhausen. Tara Bouman veröffentlichte fünf CDs. Ihre andere Liebe gilt dem Yoga. Nach einer Ausbildung als Iyengar-Yogalehrerin gibt sie Kurse auch für Musiker und kombiniert so ihre Interessen.

www.tarabouman.de

Markus Stockhausen (Trompete, Flügelhorn)

Moving Sounds mit Tara Bouman und Markus Stockhausen

Samstag, 22.06.
20–21.30 Uhr

Die Klarinettenvirtuosin Tara Bouman und der Ausnahmetrompeter und musikalische Grenzgänger Markus Stockhausen spielen seit 2002 als Duo »Moving Sounds« zusammen. Im Konzert mit »Moving Sounds« erklingen harmonische Kompositionen beider Künstler sowie improvisierte und intuitive Musik, die sie entsprechend der Akustik und der Schwingung des Raumes, der Tageszeit und der momentanen Stimmung auswählen. Dabei nehmen sie ihr Publikum mit auf eine musikalische Entdeckungsreise. Tara Bouman und Markus Stockhausen bewegen sich zeitweilig auch zu ihrer Musik im Raum und beziehen diesen gleichsam als Partner in ihre Klangkompositionen ein. Beide führen durch das Programm.

Das breite Spektrum von »Moving Sounds« in der Klanggestaltung, die von tiefgründigen Linien über heiteres Schwirren bis zu hervorbrechender Exaltiertheit reicht, wird sowohl von der Fachwelt als auch von der Hörerschaft geschätzt. »Moving Sounds« spielte zahlreiche Konzerte in Italien, Schweiz, England, Norwegen, Holland, Frankreich, Spanien, Rumänien, Bulgarien, Ungarn, Israel, Russland, USA, Chile und vor allem in Deutschland.





Organisatorisches

Organisatorische Hinweise

Informationen zur Anmeldung

Kongressgebühr: 310,- Euro für BDY-Mitglieder
350,- Euro für Nichtmitglieder

In der Kongressgebühr enthalten sind Workshops, Vorträge, Morgenpraxis, Abendveranstaltungen und Verpflegung (siehe dazu unten). An- und Abreise, Übernachtung sowie die Getränke nach dem Abendessen sind nicht im Preis enthalten.

Anmeldungen werden ab dem 9. Januar 2019 entgegengenommen. Zuvor eingehende Anmeldungen werden nicht berücksichtigt. Bis zum 31. Januar 2019 ist die Anmeldung ausschließlich für BDY-Mitglieder möglich. Danach ist die Anmeldung auch für Nichtmitglieder offen. Da die Teilnehmerzahl für den Kongress begrenzt ist, werden die Anmeldungen in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.

Sie können sich ganz einfach online anmelden unter www.bdy-kongress.de. Wenn Sie sich nicht online anmelden möchten, verwenden Sie bitte das Anmeldeformular auf Seite 39 und 40. Ihre vollständig ausgefüllte Anmeldung senden Sie bitte per Post, Fax oder E-Mail an die BDY-Geschäftsstelle.

Postanschrift: Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.
Bürgerstraße 44
37073 Göttingen
Fax: 0551 797744-66 oder
E-Mail: kongress@yoga.de

Geben Sie bei schriftlicher Anmeldung bitte bei den Workshop-Wünschen auch eine zweite Priorität an, da die Teilnehmerzahl aufgrund der räumlichen Kapazitäten begrenzt ist. Sie helfen uns damit, eine Überbelegung einzelner Workshops zu vermeiden.

Sie erhalten eine Anmeldebestätigung, auf der Ihre gebuchten Workshops aufgelistet sind. Bitte bringen Sie diese Anmeldebestätigung mit zum Kongress.

Zahlung

Die Zahlung der Kongressgebühr erfolgt per SEPA-Lastschriftverfahren. Bei Stornierung wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 10,- Euro erhoben. Ab dem 8. Juni 2019 behalten wir 50 Prozent der Kongressgebühren, ab dem 17. Juni 2019 die volle Kongressgebühr ein.

Veranstaltungsort und Übernachtung

Die Veranstaltung findet im Tagungshotel Hessen Hotelpark Hohenroda, Schwarzengrunder Straße 9, 36284 Hohenroda statt. Wir haben dort für Sie bis zum 26. April 2019 ein Zimmerkontingent vorgemerkt. Bitte buchen Sie rechtzeitig die von Ihnen benötigten Zimmer direkt beim Hotel und nutzen dafür das Anmeldeformular auf Seite 43. Nach dem 26. April 2019 gehen die Kontingente wieder in den freien Verkauf. Eine Buchung über Online-Hotelportale ist nicht möglich.

Essen und Trinken

Im Kongressbeitrag sind folgende Mahlzeiten enthalten:

Freitag, 21.06.2019	Abendbuffet
Samstag, 22.06.2019	Frühstücksbuffet, Mittagessen, Abendbuffet
Sonntag, 23.06.2019	Frühstücksbuffet, Mittagsimbiss

Darüber hinaus gibt es während des gesamten Kongresses zwischen den Workshops ein Angebot an Kaffee und Getränken.

Weiterbildung

Der BDY erkennt den Kongress als Weiterbildung für BDY-Mitglieder an, die eine freiwillige Selbstverpflichtung zur Weiterbildung eingegangen sind.

Aktuelle Informationen zum BDY-Kongress 2019 finden Sie ab 9. Januar 2019 auch online unter www.yoga-kongress.de.

Bei Fragen erreichen Sie uns telefonisch unter 0551 77944-0 oder per E-Mail unter kongress@yoga.de.

Veranstaltungsort

Hessen Hotelpark Hohenroda
Schwarzengrunder Straße 9
36284 Hohenroda

Geschäftsbedingungen

1. Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt online oder schriftlich per Post, Fax oder E-Mail über das Anmeldeformular im rückwärtigen Teil des Kongressprogrammes, das komplett auszufüllen und zu unterschreiben ist, bei der BDY-Geschäftsstelle. Telefonische Anmeldungen sind nicht möglich. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung.

Die Kosten für die Teilnahme beinhalten alle im Kongressprogramm aufgeführten Veranstaltungen und die Verpflegung. An- und Abreise, Übernachtung sowie die Getränke nach dem Abendessen sind nicht in der Kongressgebühr enthalten.

2. Haftung

Der BDY und seine Erfüllungsgehilfen haften nur für solche Schäden, die nachweislich auf einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung im Rahmen des Vertragsverhältnisses beruhen.

Die Veranstaltungen werden nach dem derzeitigen aktuellen Wissensstand sorgfältig vorbereitet und durchgeführt. Der BDY übernimmt keine Gewähr für die Aktualität, Richtigkeit, Vollständigkeit oder Qualität der in den Workshops, Vorträgen und Veranstaltungsunterlagen bereitgestellten Informationen, sofern dem BDY nicht nachweislich vorsätzlich oder grob fahrlässiges Verschulden zur Last fällt.

Der BDY übernimmt keine Haftung für Schäden und Folgeschäden materieller oder immaterieller Art, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung von möglichen fehlerhaften und/oder unvollständigen Inhalten der Workshops, Vorträge und/oder Veranstaltungsunterlagen entstehen.

3. Rücktrittsgebühren vom BDY-Kongress

Bei Stornierung bis zum 7. Juni 2017 10,- Euro

Bei Stornierung ab dem 8. Juni 2017 155,- Euro

Bei Stornierung ab dem 17. Juni 2017 310,- Euro

Die Übertragung der Anmeldung auf einen Ersatzteilnehmer ist gegen eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 10,- Euro möglich. Hierüber ist der BDY im Vorfeld zu informieren.

4. Verkürzte Teilnahme

Bei verkürzter Teilnahme ist eine Reduzierung der Kongressgebühr nicht möglich.

5. Zahlung

Die Zahlung ist nur im Lastschrift-Einzugsverfahren möglich (in Deutschland). Die Abbuchung der Kongressgebühren erfolgt etwa drei Wochen vor dem Kongress. Hierüber erhalten Sie eine Rechnung.

6. Foto-, Film-, Bild- und Tonaufnahmen

Die TeilnehmerInnen des Kongresses erteilen dem BDY ausdrücklich die Genehmigung, Foto-, Film-, Bild- und Tonaufnahmen zu tätigen und diese in sämtlichen Publikationen des BDY sowie für das Internet (Website, Facebook, YouTube) und sonstige Medien unentgeltlich zu nutzen. Foto-, Film-, Bild-, und Tonaufnahmen sowie Speicherungen auf elektronischen und digitalen Medien über den Inhalt des Kongresses dürfen von den TeilnehmerInnen nur mit vorheriger schriftlicher Zustimmung des BDY durchgeführt werden. Rechte Dritter, insbesondere eigentums-, leistungsschutz- und urheberrechtlicher Art, sind von Seiten der TeilnehmerInnen unbedingt zu achten.

7. Datenschutz

Die Daten der TeilnehmerInnen werden zum ausschließlichen Zweck der ordnungsgemäßen Abwicklung der Anmeldung und des Kongresses erfasst und elektronisch gespeichert. Sie werden nicht an unberechtigte Dritte weitergegeben oder veräußert.

8. Werbung, Sammlung, Verkäufe

Während des BDY-Kongress dürfen ohne schriftliche Genehmigung durch den Vorstand keine Sammlungen und Verkäufe irgendwelcher Art in den Kongressräumen und in deren unmittelbarer Umgebung getätigt werden. Dazu gehören auch die Verteilung von Werbegaben und die Sammlung von Unterschriften.

9. Änderungsvorbehalte

Änderungen zu Veranstaltungsabläufen und Veranstaltungsorten sind vorbehalten. Die TeilnehmerInnen werden gegebenenfalls rechtzeitig informiert.



Anmeldung zum BDY-Kongress 2019

Auf der Rückseite dieses Anmeldeformulars geben Sie bitte an, welche Workshops Sie besuchen möchten.

Anmeldungen werden ab dem 9. Januar 2019 entgegengenommen. Zuvor eingehende Anmeldungen werden nicht berücksichtigt.

Bitte senden Sie das Anmeldeformular an unsere Geschäftsstelle in Göttingen:

per Post an
BDY-Geschäftsstelle
Bürgerstraße 44
37073 Göttingen

per Fax an
0551 797744-66

per E-Mail an
kongress@yoga.de

Anmeldeschluss ist der 14.06.2019.

Hiermit melde ich mich verbindlich für den BDY-Kongress »Yoga in der Gesellschaft« vom 21. bis 23.06.2019 in Hohenroda an.

Name, Vorname _____

Straße, Hausnummer _____

PLZ, Wohnort _____

Telefonnummer _____

E-Mail _____

SEPA-Lastschriftmandat

IBAN _____

SWIFT-BIC _____

Bank _____

KontoinhaberIn _____

Unterschrift (falls abweichend vom Vollmachtgeber) _____

Widerrufsgarantie

»Ich weiß, dass ich diese Anmeldung innerhalb von 14 Tagen schriftlich widerrufen kann. Ich bestätige dies sowie die Rücktrittsbedingungen mit meiner Unterschrift.«

Die Geschäftsbedingungen erkenne ich an.

Datum _____

Unterschrift _____

Hinweis: Ihre Daten werden ausschließlich zweckgebunden für Informationen für den BDY-Kongress 2019 verwendet. Die Daten werden nicht zur Werbung für andere Zwecke verwendet und nicht an Dritte weitergegeben.

> Anmeldung Rückseite:
Bitte auch ausfüllen!



Anmeldung für die Workshops

Bitte geben Sie die Nummer von Workshop und den/die ReferentIn Ihres gewünschten Workshops an der ersten Position ein und jeweils einen alternativen Workshop, für den Fall, dass Ihre erste Wahl schon ausgebucht ist.

Hiermit melde ich mich verbindlich für die folgenden **Workshops** an:

Freitag, 21.06.2019, 14.30–16 Uhr

Nr. _____ ReferentIn _____ alternativ Nr. _____ ReferentIn _____

Samstag, 22.06.2019, 9.30–11 Uhr

Nr. _____ ReferentIn _____ alternativ Nr. _____ ReferentIn _____

Samstag, 22.06.2019, 11.30–13 Uhr

Nr. _____ ReferentIn _____ alternativ Nr. _____ ReferentIn _____

Samstag, 22.06.2019, 16–18 Uhr

Nr. _____ ReferentIn _____ alternativ Nr. _____ ReferentIn _____

Sonntag, 23.06.2019, 9.30–11 Uhr

Nr. _____ ReferentIn _____ alternativ Nr. _____ ReferentIn _____

Die Anmeldung ist bis zum 31.01.2019 ausschließlich für BDY-Mitglieder möglich. Danach ist die Anmeldung auch für Nichtmitglieder offen. Da die Teilnehmerzahl für den Kongress begrenzt ist, werden die Anmeldungen in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.

Morgenpraxis

Bewerben Sie sich jetzt

Wie bei den vorangegangenen Jahren möchten wir auch auf dem Kongress 2019 wieder Morgenpraxen anbieten. Doch anders als in den vergangenen Jahren möchten wir Ihnen als BDY-Mitglied die Möglichkeit bieten, eine Morgenpraxis anzuleiten und sich hierfür zu bewerben.

Die Auswahl der Morgenpraxen wird nach Themen getroffen, sodass wir ein vielfältiges Angebot an Morgenpraxen anbieten können.

Die ausgewählten AnbieterInnen zahlen nur die Hälfte der Kongressgebühr.



Hiermit möchte ich mich gerne als Anbieterin/Anbieter einer Morgenpraxis bewerben:

Name, Vorname _____

Adresse _____

E-Mail _____

Thema/Stil meiner Morgenpraxis _____

Bitte senden Sie das Anmeldeformular an unsere Geschäftsstelle in Göttingen:

per Post an
BDY-Geschäftsstelle
Bürgerstraße 44
37073 Göttingen

per Fax an
0551 797744-66
per E-Mail an
kongress@yoga.de

Anmeldeschluss ist der 25.03.2019.

Die Auswahl der Morgenpraxen für die Kongress-TeilnehmerInnen findet vor Ort statt.

Anfahrt

Hessen Hotelpark Hohenroda
Schwarzengrunder Straße 9
36284 Hohenroda
Telefon 06676 18-1



Aus Richtung Westen und Norden

- A5 oder A7 bis Kirchheimer Dreieck
- A4 Richtung Eisenach
- nach 10 km Ausfahrt Bad Hersfeld
- links Richtung Bad Hersfeld
- an der zweiten großen Ampelkreuzung (Autohof) rechts ab auf die B62
- Richtung Philippsthal/Heringen
- nach 13 km rechts ab Richtung Schenklingensfeld durch den Ort Richtung Hohenroda
- nach 4,5 km rechts ab Richtung Oberbreitzbach, in Oberbreitzbach rechts ab Richtung Hotelpark

Aus Richtung Osten

- A4 Eisenach vorbei, Richtung Frankfurt bis Ausfahrt Friedewald/Hohenroda
- B62 geradeaus Richtung Philippsthal
- nach 9 km rechts ab Richtung Schenklingensfeld/Hünfeld
- nach 4,6 km links Richtung Hünfeld/Hohenroda-Oberbreitzbach
- im Ort rechts Richtung Hotelpark

Aus Richtung Süden

- A7 bis Autobahnabfahrt Fulda-Nord Richtung Hünfeld
- durch Hünfeld Richtung Rasdorf
- B84 bis Abfahrt Grobentaft
- durch Grobentaft, Treischfeld, Soisdorf, Hohenroda-Mansbach bis Hohenroda-Oberbreitzbach, im Ort links ab Richtung Hotelpark



Hotelreservierung und Transferbuchung

Bitte reservieren Sie Ihr Hotelzimmer und Ihren Transferservice bis spätestens 26. April 2019 online unter www.hohenroda-buchung.de (Passwort: Yoga) oder mit dem Anmeldeformular auf dieser Seite direkt beim Tagungshotel. Eine Reservierung über Online-Hotelportale oder den BDY ist nicht möglich.

Hiermit reserviere ich für den BDY-Kongress 2019 »Yoga in der Gesellschaft« im Hessen Hotelpark Hohenroda, 36284 Hohenroda/Hessen (www.tagungshotel.as)

Anreise: Freitag, 21. Juni 2019

Abreise: Sonntag, 23. Juni 2019

- Einzelzimmer zu 65,- Euro/Nacht
- Zweibettzimmer zu 90,- Euro/Nacht

Die Preise beinhalten ein Zimmer für die Übernachtung ohne Frühstück.
Das Frühstück ist bereits in der Kongressgebühr enthalten.

Bahnreisende können über das Tagungshotel zusätzlich einen Bustransfer vom Bahnhof in Bad Hersfeld oder Fulda buchen.

- Bahnhof Bad Hersfeld (Kosten pro Person/Fahrt: 10,- Euro, Fahrtzeit: 30 Minuten)
- Bahnhof Fulda, Ausgang Richthalle (Kosten pro Person/Fahrt: 15,- Euro, Fahrtzeit: 50 Minuten)

Abfahrt des Transferbusses am Freitag, 21.06.2019 vom jeweiligen Bahnhof zum Tagungshotel:

- 12.15 Uhr
- 13.15 Uhr
- 14.15 Uhr

Für den Rücktransfer wird ebenfalls ein Shuttleservice angeboten.

Name Vorname _____

Straße _____

PLZ, Wohnort _____

Telefon, Fax _____

E-Mail _____

**Bitte schicken Sie das Anmeldeformular ausschließlich
per Post an Hessen Hotelpark Hohenroda, Schwarzengrunder Straße 9, 36284 Hohenroda,
per Fax an 06676 1487 oder per E-Mail an hohenroda@web.de**

Unterschrift _____

Bestätigung durch Hotel _____



**Berufsverband der
Yogalehrenden in Deutschland e. V. (BDY)**
Bürgerstraße 44, 37073 Göttingen

Geschäftszeiten
Mo.–Do. 9–12.30 Uhr und 13.30–16 Uhr
Fr. 9–12.30 Uhr

Tel. 0551 797744-0 | Fax 0551 797744-66
info@yoga.de | www.yoga.de