

# Wochenendseminar in Cavedine – Italien

11.-13. Mai 2012

## Meditation im Alltag

Für gewöhnlich verbinden wir mit Meditation eine Haltung des bewussten Heraustretens aus den täglichen Anforderungen und Aktivitäten, um in einer vielleicht mehr kontemplativen Stille neue Kräfte und Erfahrungen zu sammeln.

Mit diesem Seminar möchten wir das Bild und Verständnis zur Meditation mit einem neuen Licht beleuchten. Dabei werden wir verschiedene Übungsansätze kennenlernen, wie sich Meditation und ihre Praxis in das tägliche und soziale Leben auf sinnvolle Weise integrieren lässt. Wie können die so lebensnahen Bereiche wie beispielsweise die zwischenmenschliche Begegnung, der Beruf, die Ernährung oder auch die Naturbegegnung durch eine integrative Meditation mit einem neuen Impuls belebt und angehoben werden?

Anhand einiger Yogaübungen wollen wir das Thema zudem weiter veranschaulichen und in einen möglichst praktischen Kontext führen.

Zu diesem Seminar haben wir auch Heinz Grill – den Begründer des Neuen Yogawillens – eingeladen dem es in allen Lebensbereichen ein Anliegen ist, eine seelisch-geistige Sichtweise mit dem praktischen Leben in eine geeignete und entwicklungsförderliche Synthese zu führen. Wir bitten aber um Verständnis seine Teilnahme offen zu lassen.

Dozenten:

Lutz Franken – Heilpraktiker, Yogalehrer, Krankenpfleger

Raphaelle Franken – Yogalehrerin, Krankenschwester

Das Seminar beginnt Freitag um 18 Uhr und endet am Sonntag etwa gegen 12:30 Uhr und findet statt in der Yoga Akademie Cavedine, Via Cavalpea 7, 38073 Cavedine (TN) Localita Lago, Italia.

Der finanzielle Betrag für das Seminar beläuft sich auf 80,- pro Person.

Für die Anmeldung und weitere Informationen sowie Unterkunftsmöglichkeiten:

Email: [info@yoga-akademie-cavedine.de](mailto:info@yoga-akademie-cavedine.de) & [info-yoga@gmx.de](mailto:info-yoga@gmx.de)

Telefon: +49 (0) 7052 93 28 37 Zentrum für Gesundheits- & Bewusstseinsbildung  
+39 349 330 77 78 Organisation - Italien