

Humboldt-Haus Achberg
Panoramastraße 30
D-88147 Achberg bei Lindau am Bodensee
<http://www.humboldt-haus.de>
E-Mail: info@humboldt-haus.de

Yoga-Pfingst-Seminar 2024
mit Yogi
Dr. Babacar Khane

Ehrenmitglied und Botschafter der European Yoga Union



Yogatherapie und Seligkeit

vom 15. bis 20. Mai 2024

Institut International de Yoga
Mitglied der I.Y.F.
und der European Yoga Alliance
E-Mail: iy@bluewin.ch
url: <http://www.iy-yogikhane.ch>

Yoga-Seminar 2024 mit Yogi Dr. Babacar KHANE

Dr. Babacar Khane, Schüler von Paramhansa Yogananda, Doktor der Osteopathie und der Chiropraktik.

Yogi Khane gründete 1960 das „Institut International de Yoga“ in Dakar und leitet seitdem Seminare in Europa (u.a. in Andorra, Belgien, Deutschland, Frankreich, Italien, Malta, den Niederlanden, Portugal, der Schweiz, Spanien), Afrika und Nord-Amerika. Seit vielen Jahren arbeitet er mit renommierten Rheumatologen und Psychiatern zusammen, um die therapeutischen und präventiven Anwendungen des Yoga weiterzuentwickeln.

Nicht nur sein sehr pragmatischer Ansatz, sondern auch seine umfassende Kenntnis der verschiedenen spirituellen Traditionen, sein Humor und seine Lebensfreude machen ihn zu einem begehrten Referenten.

Er ist Autor mehrerer Bücher (u.a. *Le Yoga des Pharaons*, 5. Aufl. 2016, *Le Yoga de la prière*, vermehrte Aufl. 2008, *Kung-Fu, Praxis des Chinesischen Yoga*, deutsche Aufl. 2001, 2015, *Ch'i Kong, Pharaonisches Yoga*, 2003, *Yoga des Wortes*, 2016).

Er hat die Yogalehre durch eine neue Pädagogik erneuert, um den Yoga an den Menschen von heute anzupassen.

Raja Yoga (Der königliche Weg)

- Lehre der Asanas auf den heutigen Menschen bezogen
- Sanfte Dehnung der Faszien
- Pranayama (Atmung und Lebensenergie)
- Entspannung, Konzentration und Einführung in die Meditation

Kung-Fu (Chinesisches Yoga)

- Tonisierung der Muskulatur und der Faszien
- Selbstmassage der inneren Organe und der Faszien
- Revitalisierung, Aktivierung der Lymphe und Entgiftung des Körpers
- Neue Asanas. Rheuma-Vorsorge

Ch'i Kong

- Konzentration, Bewusstsein
- Kontrolle der Lebensenergien

Pharaonisches Yoga

- Pharaonische Haltungen
- Umerziehung des Bewegungsapparates und Aufrichtung der Wirbelsäule
- Zur natürlichen Pädagogik der Haltungen
- Meditation in der Tätigkeit

Anwendung von Pharaonischem Yoga, Ch'I Kong und Kung-Fu als Vorbereitung der Asanas im Hatha-Yoga

Yogische Techniken zur Selbstheilung

Kursdaten

- Anreise: Mittwoch, den 15. Mai zum Abendessen (ab 16.00 Uhr)
- Kursbeginn: Donnerstag, den 16. Mai, nach dem gemeinsamen Frühstück
- Seminarende: Montag, den 20. Mai nach dem Mittagessen
- **Es wird spezielle Ausbildungsstunden für angehende Yoga-lehrer:innen geben.**

Kursgebühren / Person

Anmeldung bis 15. April 2024

- | | |
|--------------------------------------|--------------|
| - Ganzes Seminar: | EUR 365,- |
| Zuschlag für die Ausbildung Stunden: | EUR 30,- |
| - Teilnahme an einzelnen Tagen: | EUR 90,-/Tag |
| Zuschlag für die Ausbildung Stunden: | EUR 10,-/Tag |



Anmeldung ab dem 15. April 2024: + 10 %

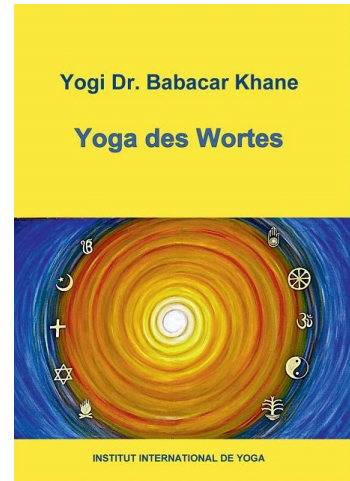
Unterkunft und Verpflegung / Person

Übernachtung & Vollpension (vegetarisch, aus biologischem Anbau) pro Person für 5 Tage:

- Einzelzimmer: EUR 530,-
- Großes Doppelzimmer: EUR 460,-
- Kleines Doppelzimmer: EUR 415,-
- Gruppenzimmer: EUR 377,50
- Camping mit Zelt: EUR 290,-
- Camping mit Wohnmobil: EUR 325,-

Vollpension ohne Übernachtung EUR 217,50

Tagespauschale für Seminarteilnehmer ohne Unterkunft / Verpflegung EUR 15,- / Tag



Anmeldung und Vorauszahlung

Bitte den Coupon ausgefüllt zurücksenden. Eine Vorauszahlung in der Höhe der

Unterkunft und Vollpensionkosten mit dem Vermerk: "Reservierung für das Yoga-Seminar mit Dr. B. Khane" auf das Konto von Humboldt-Haus überweisen:

BIC: GENODES1LEU

IBAN: DE80 6509 1040 0130 5100 09

Stornierungskosten

Sehen Sie bitte: <https://humboldt-haus.de/agb/>

Anmeldung: Zimmerreservierung

Zum Yoga-Seminar mit Dr. Babacar Khane vom 15. bis 20. Mai 2024 in Achberg-Essersweiler
Coupon hier abtrennen und einsenden an: Humboldt-Haus, Panoramastraße 30, D-88147 Achberg.

Tel. 08380335 oder +49/8380335 Fax 08380675 oder +49/8380675

E-Mail: info@humboldt-haus.de

Name:

Adresse:

Telefon: E-Mail:

Anreise erfolgt mit: Auto / Bahn

Ankunftstag:

Abreisetag:

Zimmerreservierung (alle mit WC/Dusche):

- Einzelzimmer (nach Möglichkeit)
- Kleines Doppelzimmer
- Großes Doppelzimmer
- Teilnahme ohne Übernachtung (mit Frühstück, Mittagessen und Abendessen)
- Teilnahme nur an einzelnen Tagen:..... Mai 2024
- Camping mit Zelt
- Camping mit Wohnmobil
- Gruppenzimmer (nach Anfrage)

Ich möchte

- vegetarisches Essen
- glutenfreies Essen (Zuschlag: 7 € pro Tag)
- laktosefreies Essen (Zuschlag: 7 € pro Tag)
- veganes Essen

Im Doppelzimmer möchte ich gern mit untergebracht sein.

Eine Vorauszahlung von EUR auf Konto vom Humboldt-Haus:

IBAN: DE80 6509 1040 0130 5100 09

BIC: GENODES1LEU

mit dem Vermerk: "Reservierung für Yoga-Seminar mit Dr. Khane" wurde überwiesen.

Die Anmeldebedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und bin mit ihnen einverstanden.

Datum :

Unterschrift

Die Anmeldung wird nicht bestätigt; jedoch melden wir uns, wenn Ihren Wünschen nicht voll entsprochen werden kann.

Anmeldung zum Yoga-Kurs

Coupon hier abtrennen und einsenden an:
Doris Schaeffer, Veilchenweg 4, D-88085 Langenargen.
Tél. 075432636 oder 0049/75432636 Fax 0754349178 oder 0049/754349178
E-Mail: doris.schaefferyoga@web.de

Zum Yoga-Seminar mit Dr. Babacar Khane vom 15. bis 20. Mai 2024 in Achberg-Esseratsweiler

Name:

Adresse:

Telefon: E-Mail:

Teilnahme an dem ganzen Seminar

Teilnahme nur an den folgenden Tagen: Mai 2024

Datum

Unterschrift

Das Humboldt-Haus liegt - umgeben von Wiesen und Wäldern - auf einer Kuppe der vom Bodensee her sanft ansteigenden Hügellandschaft des schwäbischen Allgäus. Im Süden und Osten schließen jenseits des Sees die Alpen der Schweiz und Österreichs majestätisch den Horizont.

Anfahrtsbeschreibung

Das "Humboldt-Haus" liegt im Achberger Ortsteil Esseratsweiler.

Mit der Bahn bis Lindau (Reutin) oder Lindau Inselbahnhof oder Wangen/Allgäu, weiter nach Achberg-Esseratsweiler mit Bus oder Taxi.

Mit dem Auto aus Richtung Schweiz über die N1 bis Abfahrt Au/Lustenau, über die Grenze den Schildern >LKW-Deutschland< folgen. Nach der Grenze Österreich/Deutschland auf der A96 bis Ausfahrt Weissensberg fahren, dann 2 x Richtung Wangen abbiegen (B 18). Nach ca. 1 km links Richtung Esseratsweiler abfahren. In Esseratsweiler, von der Kirchstraße kommend, über die Kreuzung in der Ortsmitte in die Panoramastraße. Weiter bis zum Humboldt-Haus.

Mit dem Auto, aus Richtung Ulm kommend, die A7/A96 bis Abfahrt Weissensberg fahren. Weiter siehe oben.

Oder via Autobahn Singen: Richtung Lindau (B31) bis zur Auffahrt Sigmarszell. Dann die A 906 (Richtung München) bis Ausfahrt Weissensberg. Weiter siehe oben.

Sollten Sie sich verfahren, einfach anrufen: 08380/ 335 oder 0049/8380335. Fax 08380/675 oder 0049/8380/675

