

## Profil Werner Haas

Seit 1996 unterrichtet Werner Haas, Yogalehrer BDY/EYU und GGF Mitglied im BDY, mit großer Freude Yoga. Die Übungsweise findet den Ursprung im Hatha Yoga nach den Quellentexten der „Hatha Yoga Pradipika“ „Gerandha Samhita“ und den Schriften von Pantajali.

Yogalehrerausbildung bei der GGF in Düsseldorf unter Leitung von Leopoldo Chariarse. Die Ausbildung erfolgte unter Berücksichtigung des Basisprogramms der europäischen Yoga Union ( EYU ) der Rahmenrichtlinie des Berufsverbandes Dt. Yogalehrer (BDY) und des Programms des Kaiyaliadhama Institut Lonavla / Indien.

Fortbildungen in verschiedenen Meditationstechniken, „Hormon Yoga“ nach Dianah Rodrigues (bei ihr persönlich), Kashmir Yoga mit Leopoldo Chariarse.

Langjährige Erfahrung im Bereich Heilfastengruppen.

Veröffentlichung von CD`s  
„YOGA-PRAXIS“ Grundstufe I  
„YOGA-PRAXIS“ Grundstufe II  
„Mantra Arts“ Malu & Haas



Die Seminarkosten von 410,- Euro beinhalten  
Übernachtungen, Getränke und Vollpension

Anmeldungen zum Seminar unter:

[werner.haas.yoga@web.de](mailto:werner.haas.yoga@web.de)

Bankverbindung: Kreissparkasse Köln  
IBAN: DE15 37050299 0145110300 BIC: COKSDE33XXX

# Yoga-Wochenend-Retreat

*Pranayama - Meditation - Mantra Rezitation*

**Seminarhaus Kloster Schweinheim**

**vom 04. bis 06. Januar 2019**

**mit Werner Haas**



Yoga inspiriert dazu, die Augenblicke des Lebens in ihrer Einzigartigkeit und Schönheit wahrzunehmen. Feinsinnige und lebensbejahende Methoden weisen dabei den Weg. Gemeinsam knüpfen wir in diesen Tagen an der zeitlosen Weisheit des Yoga an. Wir erfrischen unsere Sinne mit klassischen Körper-, Atem- und Meditationsübungen aus der Hatha-Yoga-Tradition, Elemente aus des Kashmir Yoga sowie Mantra-Rezitationen.



## Voraussichtlicher Ablauf

<b>Freitag</b>	ab 15.30 Uhr 17.00 Uhr	Anreise und Teeempfang Yogapraxis Gemeinsames Abendessen Yogapraxis: Pranayama, Meditation, Mantra Rezitation
<b>Samstag</b>	07.30 Uhr 09.30 Uhr 11.00 Uhr  13.00 Uhr 17.00 Uhr	Yogapraxis Frühstück Yogapraxis Mittagessen - Pause Yogapraxis Gemeinsames Abendessen Mantra Rezitation - Meditation mit <b>Judith &amp; Werner</b>
<b>Sonntag</b>	07.30 Uhr 09.30 Uhr 11.00 Uhr	Yogapraxis Frühstück Yogapraxis - Abschlussrunde Gemeinsames Mittagessen

Ende ca. 14.00 Uhr

## Kloster Schweinheim

An einen Ort zum Verweilen und zur Muße lade ich Euch vom 05. bis 07.01.2018 in das Seminarhaus Kloster Schweinheim ein. Dieses Seminarhaus in Euskirchen-Kirchheim, ruhig gelegen in einem Tal der Nordeifel (Nähe Köln/Bonn), ist ein idealer Ort zur Entspannung, für Meditation und Yogakurse.

Das ehemalige Kloster bietet ein außergewöhnliches Ambiente und wohltuende Stille. Die schöne Natur der Eifel lädt zur inneren Einkehr und Ruhe ein.

Informationen zum Seminarhaus unter [www.kloster-schweinheim.de](http://www.kloster-schweinheim.de)

Die **Ayurvedaköchin** Karin Schuller verwöhnt uns an diesem Wochenende mit erlesenen Rezepturen und Geschmackskombinationen und gibt uns in Theorie und Praxis durch die besondere Art des Würzens und Köchelns einen Eindruck, wie stimulierend und harmonisierend Nahrung, ihre Beschaffenheit und auch der Moment der Aufnahme wirken können. Mit Hingabe und Kreativität gekochte Gerichte haben eine magische Wirkung auf den Gemütszustand und auf das körperliche Wohlbefinden!

Weitere Informationen unter [www.gesundheit-aus-dem-kochtopf.de](http://www.gesundheit-aus-dem-kochtopf.de)