



Programm 2018

Yoga Lehr Ausbildung

Grundlagen I

Erfragen bei info@monikaberninger.de

Yoga Sutra Kapitel III

3 Termine 2018 10.00-18.00 Uhr : 03.02. / 05.05. / 03.11.

Vorstellungstunden

Erfragen bei info@monikaberninger.de

Bhagavadgita: ein Überblick

1 Termin: 22.09. 10.00-18.00 Uhr

Weiterbildung:

Pranayama

3 Termine : 14.00-18.30 Uhr 02.02. / 04.05. / 21.09..

Meditationskurse Buddha Lehre

17.-18.02. Buddha-Haus- München, Studientage
(Anmeldung info@buddha-haus-muenchen.de)

19.-22. April im Buddha- Haus, Allgäu
(Anmeldung: www.buddha-haus.de)

25.6. -01.07. im Buddha-Haus, Allgäu
(Anmeldung: www.buddha-haus.de)

29.09.-03.10. Rieder alp
(Anmeldung: www.buddha-haus.de)

12.-18.11. im Waldhaus am Laacher See
(Anmeldung: budwest@t-online.de)

Indienreise 24.03.-7.04. 2018

Info + Anmeldung : info@neuewege.com

YOGA AM KLOSTERBERG

Yogaschule für Aus- und
Weiterbildung
Karen Kold Wagner
Yogalehrerin BDY /EYU
Yoga teacher trainer
Ausbilderin im Yogaweg

Klosterbergstr. 7
63505 Langenselbold
Telefon: 06184 62377
E-Mail: karen-kold@gmx.de
www.yoga-amklosterberg.de

AUS- UND WEITERBILDUNG YOGA SŪTRA und prānāyāma im Überblick

MIT KAREN KOLD WAGNER

In diesem Kurs werden die Sūtren von Patanjali über 4 Jahre systematisch durchgearbeitet. Pro Jahr wird an drei Samstagen ein Kapitel rezitiert, kommentiert und in Kleingruppen besprochen. In den vier Jahren wird - um verschiedene prānāyāmas kennenzulernen - an jedem Termin ein anderes prānāyāma kurz vorgestellt und in der Praxis geübt. Dabei geht es um einen Überblick. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Nach Beendigung der Ausbildung werden die Unterrichtseinheiten bestätigt, sie sind Teil der Ausbildung zur Yogalehrenden.

Kapitel III der Yoga Sūtra

Termine für 2018 sind jeweils samstags von 10.00 bis 18.00 Uhr

3. Februar


5. Mai

3. November

Ort: Yoga am Klosterberg, Klosterbergstr. 7, 63505 Langenselbold

Kosten: Gesamtbetrag 225,- € für die drei Termine in 2018,
Bitte im Januar 2018 überweisen

Anmeldung: Bitte bis 15. Dezember 2017 anmelden

 YOGA AM KLOSTERBERG
Yogaschule für Aus- und Weiterbildung
Karen Kold Wagner
Yogalehrerin BDY /EYU&YOGAWEG
Klosterbergstr. 7, 63505 Langenselbold

Telefon: 06184 62377
E-Mail: karen-kold@gmx.de
www.yoga-amklosterberg.de

Bankname: Sparkasse Hanau
Kontoinhaber: Karen Kold Wagner
IBAN DE 60 506500 23010032 62 71
BIC HELADEF1HAN
Steuernr: 22 837 305 49



Verbindliche Anmeldung YOGA SUTRA 2018 Kapitel III

Name.....

Adresse.....

Tel:E-Mail.....

Datum.....

Unterschrift.....

Aus- und Weiterbildungsseminar Prânâyâma für Gruppen und Einzelunterricht

MIT KAREN KOLD WAGNER

Als Vertiefung und Weiterbildung der zweijährigen Ausbildung in der Tradition Krishnamacarya/ Desikachar/ Sriram biete ich eine drei-teilige Fortbildung an.

Die Fortbildung ist nur für TeilnehmerInnen mit der zweijährigen Grundlagen oder ähnlichen Voraussetzungen geeignet.

Inhalte, die erarbeitet werden sind:

Prânâyâma Techniken, Rhythmen, Prânâyâma als therapeutische Ansatz und Prânâyâma um den Geist zur Ruhe zu bringen. Unterrichtsgestaltung zur Prânâyâma wird einen Schwerpunkt sein, deshalb gehören kleinere Hausaufgaben zur Fortbildung.

Zeiten: Freitag 14.00 -18.30 Uhr

2. Februar


4. Mai

21. September

Ort: Klosterbergstr. 7, 63505 Langenselbold,

Kosten: 225,- € bitte erst im 2018 bis 15. Januar auf mein Konto überweisen

Anmeldung: NUR Schriftliche Anmeldung bis 1. Dezember 2017

 YOGA AM KLOSTERBERG
Yogaschule für Aus- und Weiterbildung
Karen Kold Wagner
Yogalehrerin BDY /EYU&YOGAWEG
Klosterbergstr. 7, 63505 Langenselbold

Telefon: 06184 62377
E-Mail: karen-kold@gmx.de
www.yoga-amklosterberg.de

Bankname: Sparkasse Hanau
Kontoinhaber: Karen Kold Wagner
IBAN DE 60 506500 23010032 62 71
BIC HELADEF1HAN
Steuernr: 22 837 305 49

Verbindliche Anmeldung Prânâyâma für Gruppen und Einzelunterricht
in Langenselbold 3 Termine 2018

Name:.....

Adresse:.....

Tel: e-mail:

.....
Datum Unterschrift

Aus- und Weiterbildungsseminar

Bhagavadgita: Ein Überblick

Dieses Angebot ist Teil und Vertiefung der Ausbildung in der Tradition Krishnamacarya/ Desikachar/Yogaweg.

An dem Tag werden wir die Philosophie der Bhagavadgita kennenlernen und den Bezug zum heutigen Menschen ausarbeiten. Der Kurs kann unabhängig von anderen Kursen belegt werden. Für TeilnehmerInnen in der Ausbildung ist der Kurs obligatorisch.


Leitung: Karen Kold Wagner

Termin: Samstag den 22. September 2018 10.00 -18.00 Uhr

Ort: 63505 Langenselbold, Klosterbergstr. 7

Kosten: 90,-€ Bitte auf mein Konto überweisen bis 1. August 2018

Anmeldung: bis 1. Juni 2018

 YOGA AM KLOSTERBERG
Yogaschule für Aus- und Weiterbildung
Karen Kold Wagner
Yogalehrerin BDY /EYU&YOGAWEG
Klosterbergstr. 7, 63505 Langenselbold

Telefon: 06184 62377
E-Mail: karen-kold@gmx.de
www.yoga-amklosterberg.de

Bankname: Sparkasse Hanau
Kontoinhaber: Karen Kold Wagner
IBAN DE 60 506500 23010032 62 71
BIC HELADEF1HAN
Steuernr: 22 837 305 49

Verbindliche Anmeldung zur „Bhagavadgita :Ein Überblick“ 22.09.2018 in Langenselbold

Name.....

Adresse.....

Tel:E-Mail.....

Datum..... Unterschrift.....



YOGA AM KLOSTERBERG

Studientage in Buddha-Haus München 17.-18. Februar 2018

Mit Karen Kold Wagner

Der Alltag als Praxis

An diesen beiden Tagen wird der ganz normale Alltag im Mittelpunkt stehen:
Wie können wir die Lehre des Buddhas in unseren Alltag nützlich integrieren?
Und wie kann unser Alltagsleben zu einer Plattform für die spirituelle
Übungspraxis werden?

Einige Ideen und Übungsfelder aus der Buddha-Lehre werden erläutert sowie
entsprechende Meditationsformen angeleitet und zum ausprobieren angeboten.
Weiter sind Zeiten für Fragen und Austausch in der Gruppe eingeplant.

Karen Kold Wagner, geb.1950 in Dänemark, Mutter zweier erwachsener Kinder, Yogalehrerin
BDY/EYU, bietet Aus- und Weiterbildung für YogalehrerInnen an, unterrichtet Yoga und Meditation
in eigener Schule und in anderen Einrichtungen.

Seit 1988 ist sie Schülerin der Ehrw. Ayya Khema, die sie zum Lehren autorisierte.

Ihr jetziger Lehrer ist Bhante Sujiva, der ihr die Lehrbefugnis erteilt hat.

Mehr unter www.yoga-amklosterberg.de

Anmeldung, genaue Uhrzeiten und weitere Infos:

Meditationszentrum München

Klarastr. 4, 80636 München

Tel: 089 1238868

info@buddhahaas-muenchen.de

www.buddhahaas-muenchen.de



YOGA AM KLOSTERBERG

Meditationskurs für AnfängerInnen und Erfahrene mit edlem Schweigen und Yoga

Im Buddha-Haus, Allgäu 19.- 22. April 2018

Mit Karen Kold Wagner

Grundlagenkurs

In diesem Kurs werden einige wenige Meditationsmethoden vermittelt:
systematisch, nachvollziehbar, einfach und doch sehr wirkungsvoll.
Der Zweck der Meditation wird durch Vorträge basierend auf der Lehre Buddhas
erklärt, verschiedene Sitzhaltungen werden gezeigt und individuell angepasst,
Fragezeiten und persönliche Gespräche sind weitere Inhalte des Kurses.

Karen Kold Wagner, geb.1950 in Dänemark, Mutter zweier erwachsener Kinder, Yogalehrerin
BDY/EYU, bietet Aus- und Weiterbildung für YogalehrerInnen an, unterrichtet Yoga und Meditation
in eigener Schule und in anderen Einrichtungen.

Seit 1988 ist sie Schülerin der Ehrw. Ayya Khema, die sie zum Lehren autorisierte.

Ihr jetziger Lehrer ist Bhante Sujiva, der ihr die Lehrbefugnis erteilt hat.

Mehr unter www.yoga-amklosterberg.de

Anmeldung und Info :

Meditations-und Studienzentrum e. V.

Uttenbühl 5, D-87466 Oy-Mittelberg

info@buddha-haus.de

www.buddha-haus.de



YOGA AM KLOSTERBERG

Vipassana und Metta Meditationskurs mit edlem Schweigen und Yoga

im Buddha-Haus, Allgäu 25. Juni -1. Juli 2018

mit Karen Kold Wagner

Vom Geist geführt die Dinge sind,

Dieses Kapitel aus dem Dhammapada kann uns zum Üben inspirieren: wenn wir verstehen, was das für uns bedeutet, werden wir bereit sein den Geist in seiner bestmöglichen Verfassung zu bringen. Durch achtsames Ausrichten auf Körper- und Geistprozesse (Vipassana), wird der Geist ruhig und klar und gleichzeitig fähig die Wirklichkeit zu erkennen. Die Wirklichkeit ist vor allem die Unbeständigkeit aller Dinge und insbesondere wir selber. Mit der liebenden Güte Praxis (Metta bhavana) schaffen wir eine friedvolle Gesinnung, die sowohl im Kurs wie im Alltag hilfreich ist.

Inhalte des Kurses:

Bewährte Meditationsmethoden werden erklärt und geübt und in persönlichen Gesprächen individuell angepasst, Vorträge aus der Lehre Buddhas, Fragezeiten und leichte Körperübungen aus dem Yoga sind weitere Inhalte.

Karen Kold Wagner, geb.1950 in Dänemark, Mutter zweier erwachsener Kinder, Yogalehrerin BDY/EYU, bietet Aus- und Weiterbildung für YogalehrerInnen an, unterrichtet Yoga und Meditation in eigener Schule und in anderen Einrichtungen.

Seit 1988 ist sie Schülerin der Ehrw. Ayya Khema, die sie zum Lehren autorisierte.

Ihr jetziger Lehrer ist Bhante Sujiva, der ihr die Lehrbefugnis erteilt hat.

Mehr unter www.yoga-amklosterberg.de

Anmeldung und Info :

Meditations-und Studienzentrum e. V.

Uttenbühl 5, D-87466 Oy-Mittelberg

info@buddha-haus.de

www.buddha-haus.de



YOGA AM KLOSTERBERG

Meditationskurs für Erfahrene und AnfängerInnen mit edlem Schweigen und Yoga

Riederalp, Allgäu, 29. September- 3. Oktober 2018

Mit Karen Kold Wagner

Vipassana und Liebende Güte

Vipassana ist achtsames Betrachten von Körper- und Geistprozessen. Hierdurch entsteht Klarheit und Ruhe um Einsicht in unsere wahre Natur zu erlangen. Wir erfahren und akzeptieren die Vergänglichkeit auf immer tieferen Ebenen. Mit der Praxis der liebenden Güte wird eine weitere Grundlage geschaffen, die Dinge, so wie sie sind, friedvoll anzunehmen.

Vorträge aus der Lehre Buddhas, Fragezeiten, persönliche Gespräche, einfache Körperübungen aus dem Yoga sowie Sitzkorrekturen sind weitere Inhalte des Kurses.

Karen Kold Wagner, geb. 1950 in Dänemark, Mutter zweier erwachsener Kinder, Yogalehrerin BDY/EYU, bietet Aus- und Weiterbildung für YogalehrerInnen an, unterrichtet Yoga und Meditation in eigener Schule und in anderen Einrichtungen.

Seit 1988 ist sie Schülerin der Ehrw. Ayya Khema, die sie zum Lehren autorisierte.

Ihr jetziger Lehrer ist Bhante Sujiva, der ihr die Lehrbefugnis erteilt hat.

Mehr unter www.yoga-amklosterberg.de

Anmeldung und Info :

Meditations-und Studienzentrum e. V.

Uttenbühl 5, D-87466 Oy-Mittelberg

info@buddha-haus.de

www.buddha-haus.de



YOGA AM KLOSTERBERG

Vipassana und Metta Meditationskurs mit edlem Schweigen und Yoga

Im Waldhaus am Laacher See 12.-18. November 2018

mit Karen Kold Wagner

Vom Geist geführt die Dinge sind,

Dieses Kapitel aus dem Dhammapada kann uns zum Üben inspirieren: wenn wir verstehen, was das für uns bedeutet, werden wir bereit sein den Geist in seiner bestmöglichen Verfassung zu bringen. Durch achtsames Ausrichten auf Körper- und Geistprozesse (Vipassana), wird der Geist ruhig und klar und gleichzeitig fähig die Wirklichkeit zu erkennen. Die Wirklichkeit ist vor allem die Unbeständigkeit aller Dinge und insbesondere wir selber. Mit der liebenden Güte Praxis (Metta bhavana) schaffen wir eine friedvolle Gesinnung, die sowohl im Kurs wie im Alltag hilfreich ist.

Inhalte des Kurses:

Bewährte Meditationsmethoden werden erklärt und geübt und in persönlichen Gesprächen individuell angepasst, Vorträge aus der Lehre Buddhas, Fragezeiten und leichte Körperübungen aus dem Yoga sind weitere Inhalte.

Karen Kold Wagner, geb. 1950 in Dänemark, Mutter zweier erwachsener Kinder, Yogalehrerin BDY/EYU, bietet Aus- und Weiterbildung für YogalehrerInnen an, unterrichtet Yoga und Meditation in eigener Schule und in anderen Einrichtungen.

Seit 1988 ist sie Schülerin der Ehrw. Ayya Khema, die sie zum Lehren autorisierte.

Ihr jetziger Lehrer ist Bhante Sujiva, der ihr die Lehrbefugnis erteilt hat.

Mehr unter www.yoga-amklosterberg.de

Anmeldung und weitere Infos:

Waldhaus am Laacher See

Buddhismus im Westen e. V.

Heimschule 1

D-56645 Nickenich

Tel: 02636-3344

budwest@t-online.de

www.buddhismus-im-westen.de