



YOGA FÜR UNGARN

BENEFIZ-YOGA-TAG FÜR DIE OPFER DER INDUSTRIESCHLAMMKATASTROPHE IN UNGARN AM SAMSTAG 23. OKT. 2010

Hat Du Lust auf schöne 2,5 Stunden Yoga und dabei auch noch was Gutes für Mensch und Umwelt zu tun? Dann komme ins Haus Burghalde (Rückgebäude Burgstraße 19. in Kempten)! An diesem Tag finden dort im Raum Fluxus 2 Yoga Workshops auf Spendenbasis statt, um 10:00 und um 13:30 Uhr.

Ausführliches Programm:

10:00 - 11:15 bzw. 13:30 - 14:45:

Hatha Yoga: Power Yoga mit Katalin Lubina - fließende Bewegungen in Verbindung mit dem Atem, entscheide für Dich selbst, ob Du kraftvoll oder sanft üben möchtest. Vorkenntnisse in Yoga sind keine Voraussetzung.

11:15 - 11:30 bzw. 14:45 - 15:00:

Raja Yoga: Meditation mit Christine Prinz - durch die Stille der Gedanken bringen wir den Geist zur Ruhe, schöpfen die Kraft und schicken die Energie in das Katastrophengebiet.

11:30 - ca. 12:30 bzw. 15:00 - ca. 16:00:

Bhakti Yoga: Mantra-Singen mit Werner Glückler - Singen ist schön aber keine Pflicht, Du kannst auch gerne nur zuhören.

Wir freuen uns über jede Spende und garantieren, dass alle Einnahmen an diesem Tag zu 100% bei den Opfern in Ungarn ankommen, denn sie werden persönlich nach Kolontár/Devecser gebracht und dort übergeben. Aus diesem Geld werden neue Unterkünfte für die Menschen, die plötzlich kein Zuhause mehr haben, sichergestellt, sowie die Aufräumarbeiten weitergeführt, damit unsere Umwelt sich von der Katastrophe schneller erholen kann. Wenn Du möchtest, bekommst Du anschließend einen Bericht über die Situation vor Ort.

Bitte mitbringen: Yogamatte und evtl. Decke für Power Yoga, Sitzkissen für Meditation und Mantra-Singen.

Bitte reserviere Deinen Platz frühzeitig unter: 0831/52 38 58 12 oder info@kamala-yoga.eu.

Auch wenn die Plätze begrenzt sind, sind Spenden jederzeit gerne gesehen.

Auch wenn uns 760 km vom Unglücksort trennen, ist es unsere gemeinsame Umwelt, die jetzt unsere Hilfe braucht.