

## **Bhakti Yoga - Chante, atme und bewege Dich in die Hingabe!**

Seminar mit The Love Keys & Stephanie Schönberger

Samstag, 14. Oktober 2017

10 Uhr – 11 Uhr

Begrüßung, Vorstellungsrunde und gemeinsames Chanten

11 – 13 Uhr

Bhakti Yoga Basics

Stimm Basics

Sanskrit Basics

Harmonium Basics

13 – 15 Uhr

Mittagspause

15 – 16 Uhr

Erlernen des ersten Chants

16.30 - 18 Uhr

Mantra Yogastunde mit Stephanie Schönberger

18 – 19 Uhr

Abendessen

19 Uhr

Kirtan

Sonntag, 15. Oktober 2017

9 – 9.30 Uhr

Bilaval Raga

9.30 - 11 Uhr

Bhakti Yoga in action (Gruppen- und Partnerübungen)

11 – 12 Uhr

Bhakti Talk & Sadhana Inspiration

12 – 13 Uhr

Erlernen eines weiteren Chants

13 – 14 Uhr

Mittagspause

14 – 15 Uhr

Abschlussrunde