

Indienreise-Ablauf

Der Plan wird sich vor Ort hier und da immer wieder ändern. Wir sind in Indien und dort gibt es immer wieder Überraschungen ;).

8. März

- Anreise in Delhi und Abholung von unserem Reiseleiter am Flughafen
- Fahrt nach Rishikesh in der Nacht vom 8. zum 9. März

9. März

- Check in im Parmath Niketan Ashram Büro direkt nach Ankunft
- 13 - 14 Uhr Mittagessen in der Dining Hall gegenüber des Satsang Raums
- Mittagsruhe
- 15 Uhr Ankommens-Yogastunde auf der Wiese vor der Yoga Hall (Seminarbeginn für die Teilnehmer von Anandra Georges Bhakti Yoga Retreat)
- 17.30 Uhr Ankommensrunde für Alle
- 19.30 - 20.30 Uhr Abendessen im Parmath Niketan Ashram zwischen
- 21 – 22 Uhr Abendrunde (Yoga Nīdra, Kīrtan oder Gesprächsrunde) im Satsang Room

10. März

- 8.30 - 9 Uhr Frühstück in der Dining Hall
- 11 – 12.30 Uhr Yogastunde auf der Wiese vor der Yoga Hall
- 13 Uhr Mittagessen
- 14.30 Uhr Besuch des Sivananda Ashrams, Treffpunkt am Eingang des Yamuna Blocks
- 17:30 Uhr Bhakti Yoga Workshop für Alle
- 19.30 - 20.30 Uhr Abendessen
- Yoga Nīdra und Kīrtan in der Samādhi Hall

11. März

- 8:30 - 9 Uhr Frühstück in der Dining Hall
- Bummeln durch Rishikesh
- 13 Uhr Mittagessen
- Freier Nachmittag
- 17:30 Uhr Mantra Yogastunde für Alle
- 19:30 - 20:30 Uhr Abendessen
- Yoga Nīdra und Kīrtan in der Samādhi Hall

12. März

- 6:45 Uhr Yogastunde auf der Wiese vor der Yoga Hall
- 8:30 - 9 Uhr Frühstück in der Dining Hall
- 9:30 Uhr Besuch der Waisenschule „Ramana’s Garden“, Treffpunkt am Eingang des Yamuna Blocks
- 13 Uhr Mittagessen

- Besuch des KīrtanFests vom Rishikesh International Film Festival
- 18:45 - 19:30 Uhr Satsang mit Sadviji im Satsangraum
- 19:30 - 20:30 Uhr Abendessen
- Yoga Nīdra und Kīrtan in der Samādhi Hall

13. - 15. März

- Reise-externer/zusätzlicher Ausflug in den Himalaya
- Alternative: Aufenthalt in Rishikesh zur freien Gestaltung

16. März

- 6:45 Uhr Yogastunde auf der Wiese vor der Yoga Hall
- 8:30 - 9 Uhr Frühstück in der Dining Hall
- 11 Uhr Kīrtan in der Yoga Hall mit anschließender Feedback-Runde gegen 12.30 Uhr
- 13 Uhr Mittagessen
- 14 Uhr Besuch des Beatles Ashrams, Treffpunkt am Eingang des Yamuna Blocks
- 17:15 Uhr Teilnahme an der Ganga Arati am Ghat
- 18:45 - 19:30 Uhr Satsang mit Sadviji im Satsangraum
- 19:30 - 20:30 Uhr Abendessen
- Yoga Nīdra und Kīrtan in der Samādhi Hall

17. März

- 8:30 - 9 Uhr Frühstück in der Dining Hall
- 9:30 Uhr Fahrt nach Vrindāvan, Treffpunkt am Eingang des Yamuna Blocks
- Check in im Vrinda Kunja Ashram
- 20 Uhr Abendessen
- 21 Uhr Yoga Nīdra und Kīrtan im Innenhof

18. März

- 6:30 Uhr Yogastunde auf der Yoga Plattform
- 8:15 Uhr Frühstück
- 9:30 Uhr Ashram-Führung
- 11 Uhr Besuch des Sri Gopeshwar Tempels und Keshi Ghats, Treffpunkt im Innenhof
- 13 Uhr Mittagessen im Vrinda Kunja
- 16:30 - 18 Uhr Bhakti Yoga Workshop
- 20 Uhr Abendessen
- Yoga Nīdra und Kīrtan im Innenhof

19. März

- 6:30 Uhr Yogastunde auf der Yoga Plattform
- 8:15 Uhr Frühstück
- Tempeltour mit Madhav
- 13 Uhr Mittagessen im Vrinda Kunja

- 14:30 Uhr Bummeln im Loi Bazaar (Begleitung zum Mala Shop, Ras Bihari book store, Schneider Papu und Ganga Prasad Laden)
- 16:30 Uhr Bootsfahrt auf der Yamuna
- 17:30 Uhr Arati am Keshi Ghat
- 20 Uhr Abendessen
- 21 Uhr Yoga Nīdra und Kīrtan im Innenhof

20. März

- 8 Uhr Besuch der Sandipani Muni School und des Care for Cows Projekts
- 8:30 Uhr Frühstück in der Schule
- 13:30 Uhr Mittagessen im Vrinda Kunja
- 16:30 Uhr Mantra Yogastunde auf der Yoga Plattform
- 20 Uhr Abendessen
- 21 Uhr Yoga Nīdra und Kīrtan im Innenhof

21. März

- ca. 7 – 15 Uhr Reise-externer/Zusätzlicher Ausflug zum Taj Mahal
- Alternativer Ausflug nach Rādha Kund mit Krishnakāmī
- 20 Uhr Abendessen
- 21 Uhr Yoga Nīdra und Kīrtan im Innenhof

22. März

- 6:30 Uhr Yogastunde auf der Yoga Plattform
- 8:15 Uhr Frühstück
- 9:30 Uhr Besuch der Hanuman School
- 13 Uhr Mittagessen
- 16:30 Uhr Abschlusskīrtan auf der Yoga Plattform
- 18 Uhr Abschlussrunde
- 20 Uhr Abendessen

23. März

- 6:30 Uhr Yogastunde auf der Yoga Plattform
- 8:15 Uhr Frühstück im Vrinda Kunja
- bis 12 Uhr Zimmerräumung
- Fahrt nach Delhi
- Übernachtung in Delhi

24. März

- Abreisetag

Dies ist nur ein möglicher Ablauf. Alle, die die Welt schon ein bisschen erkundet haben, kennen hoffentlich den Zauber des Reisens, der sich zeigt, wenn man immer wieder loslässt

und sich inspirieren lässt. Durch Begegnungen entstehen die schönsten Momente, werden wir zu den Orten geführt, die uns tief bewegen, vielleicht sogar unser Leben nachhaltig verändern. Wenn wir uns für ein Yoga Retreat entscheiden, sind wir immer wieder eingeladen, zu reflektieren, uns leer zu machen, damit wir die Geschenke des Yoga und des Landes in uns aufnehmen können. Alles, was nicht mehr dienlich ist, darf auf einer solchen Reise gehen. Das kann ein spannender Prozess sein, der uns wachsen lässt. Lassen wir uns darauf ein, können sich Türen öffnen, von denen wir noch nicht einmal geahnt haben, dass es sie gibt. Indien ist genau der richtige Ort dafür.

Dein Love Keys Reisetem