



# janakananda

## YOGASCHULE

### AUSBILDUNG ZUM YOGA- UND AYURVEDALEHRER/-IN

## BESCHRIEB

### Inhalt der Ausbildung

Der Weg des Hatha Yoga bildet den Hauptbestandteil der Ausbildung. Durch das Praktizieren der Yogastellungen entfalten sich in unserem Bewusstsein Erkenntnis und Tatkraft. Yogastellungen vermitteln uns die Fähigkeit des harmonischen Umgangs mit allen Situationen des Lebens, dadurch erhalten wir mehr Vertrauen und Lebenskraft. Die Höhen und Tiefen unseres Lebens sind unterschiedliche Offenbarungen unseres Herzens. Yoga entwickelt Dankbarkeit für beide Seiten des Lebens, so dass wir immer im Frieden mit uns selbst sind.

Ayurveda ist mehr als Nahrung und kann auf allen menschlichen Daseinsebenen die Entfaltung von Seele, Geist und Körper harmonisieren und beschleunigen. Während der Ausbildung wird die echte indische Ayurveda gelehrt und angewendet. Thema ist: Die Bedeutung der Nahrung und ihre Wirkung auf den Körper.

### Ziel der Ausbildung

Yoga und Ayurveda symbolisieren die höchste Entfaltung menschlichen Lebens. Das Ziel der Ausbildung besteht also darin, im eigenen Leben die Wirkung von Ayurveda und Yoga wahrzunehmen. Die unmittelbare Erfahrung des Yoga und Ayurveda in allen täglichen Lebenssituationen ist Rückführung zur Quelle und Voraussetzung damit Yoga für andere zugänglich wird. Was immer wir dann in unserem Leben tun, es wird durchdrungen sein von diesem neuen Bewusstsein, und Yoga beginnt sich ganz natürlich zu übertragen. Die Lebensenergie strömt aus uns hinaus und schenkt uns dadurch Frieden und Liebe in unserem Herzen.

**Kursbeginn:** 24./25.2.2024

**Kursdauer:** 2 Jahre (14 Wochenenden)

**Kursort:** Janakanandas Yogaschule, Friedensstrasse 7, CH-4629 Fulenbach

**Kurskosten:** CHF 3'900.00 inkl. Bücher

**Kursleiter:** Janakananda

**Anmeldung an:** Janakanandas Yogaschule, Friedensstrasse 7, 4629 Fulenbach

Tel.: 062 926 06 00, Fax: 032 623 79 48, e-mail: [info@janakananda.ch](mailto:info@janakananda.ch)



# Janakananda

## YOGASCHULE

### AUSBILDUNG ZUM YOGA- UND AYURVEDALEHRER/-IN

#### ANMELDUNG

Ich melde mich definitiv für die Ausbildung zum Yoga- und Ayurvedalehrer/-in mit Janakananda an.

**Name**

---

**Vorname**

---

**Strasse**

---

**Ort**

---

**Telefon Nr**

---

**Email**

---

---

**Ort, Datum, Unterschrift**

Anmeldung senden an:

Janakanandas Yogaschule, Friedensstrasse 7, CH-4629 Fulenbach

Tel.: +41 (0)62 926 06 00, Fax: +41 (0)32 623 79 48, e-mail: [info@janakananda.ch](mailto:info@janakananda.ch)