

## PROGRAMM (ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN):

Samstag	
14.30 Uhr	Einführung in die Kriya Yoga Technik für neue Teilnehmer/innen
17.00 Uhr	Meditation für alle Stufen, anschliessend Abendessen (ca. 19.00 Uhr)
Sonntag	
09.30 Uhr	Meditation für alle Stufen
15.00 Uhr	Erklärung der 2. Kriya Technik. Die Teilnahme ist Voraussetzung für alle, welche am Montag eingeweiht werden.
17.00 Uhr	Meditation für alle Stufen
Montag	
09.00 Uhr	Einweihung in den 2. Kriya (nur für Teilnehmer/innen, die von Kripanandamoyima persönlich eingeladen wurden, oder schon eingeweihte Teilnehmer/innen)
16.30 Uhr	Meditation ab 2. Kriya Stufe
Dienstag	
07.30 Uhr	Meditation für alle Stufen
15.00 Uhr	Feuerzeremonie für alle
16.30 Uhr	Meditation ab 2. Kriya Stufe
Mittwoch	
07.30 Uhr	Meditation für alle Stufen
10.30 Uhr	Meditation ab 3. Kriya Stufe
16.30 Uhr	Meditation ab 2. Kriya Stufe
Donnerstag	
07.30 Uhr	Meditation für alle Stufen
16.30 Uhr	Meditation ab 2. Kriya Stufe
Freitag	
07.30 Uhr	Meditation für alle Stufen
10.30 Uhr	Meditation ab 3. Kriya Stufe
16.30 Uhr	Meditation ab 2. Kriya Stufe
Samstag	
07.30 Uhr	Meditation für alle Stufen, Abreise nach dem Frühstück.

Neue Teilnehmer/innen können das Einführungsseminar (Sa/So) besuchen und zusätzlich an weiteren Meditationen teilnehmen. Der Besuch von mindestens drei Meditationen ist jedoch erforderlich und im Seminarbetrag inbegriffen. Für Kriyabans, welche neu eingeweiht werden, ist die Teilnahme an mindestens drei 2. Kriya Yoga Meditationen sowie an der Feuerzeremonie notwendig.

## KONTAKTADRESSE FÜR PERSÖNLICHE FRAGEN:

Kripanandamoyima (Barbara Glauser-Rheingold)  
Alte Landstr. 131b, CH-8702 Zollikon  
Telefon: +41 (0)43 499 66 27, E-Mail: kripanandamoyima@kriya.ch

«Schafft euch selbst alle Voraussetzungen  
für ein glückliches Leben,  
indem ihr meditiert und euer Bewusstsein  
auf die ewig bestehende,  
ewig bewusste, ewig neue Freude richtet.»

Paramahansa Yogananda



Kriya Yoga Sommerseminar  
mit Kripanandamoyima

14. - 21. Juli  
Ferienseminar

14. / 15. Juli  
Einführungsseminar

Ferienseminar 14. - 21. Juli 2018  
in D-Höri am Bodensee

# KRIYA YOGA SOMMERSEMINAR

14. - 21. Juli 2018 in D-Höri am Bodensee

## SEMINARORT:

Das idyllische Hotel Hoeri liegt direkt am Bodensee und verfügt über ein wunderschönes Hallenbad sowie ein vielseitiges Wellness-Angebot: Uferstraße 20 - 23, D-78343 Gaienhofen, [www.hoeri-am-bodensee.de](http://www.hoeri-am-bodensee.de), Telefon: +49 (0)7735 8110. Für uns sind 45 Zimmer in verschiedenen Preiskategorien reserviert (von Euro 82 bis Euro 180 inkl. Frühstücksbuffet; Halbpension mit Fleisch, Fisch oder Vegi + Euro 28). Die Teilnehmer/innen reservieren das gewünschte Zimmer direkt beim Hotel, bitte sich auf das Kriya Yoga Seminar beziehen, wir haben spezielle Konditionen. Die Zimmer stehen für uns bis zum 15. Mai 2018 in Option, es empfiehlt sich eine frühzeitige Anmeldung. Achtung: Die Zimmerbuchung ist nicht gleichzeitig eine Anmeldung für das Seminar. Weitere Unterkunftsöglichkeiten durch das Verkehrsbüro Gaienhofen: Telefon: +49 (0)7735 81823, [www.gaienhofen.de/Tourismus/Uebernachten](http://www.gaienhofen.de/Tourismus/Uebernachten).

## SEMINARKOSTEN:

Die Seminarpreise verstehen sich ohne Unterkunft und Verpflegung.

- Einführungsseminar Sa/So (Einführung inkl. 3 Meditationen) für neue Teilnehmer/innen: Euro 220 / CHF 250
- Einzelne Meditationen: Euro 30 / CHF 35
- 3. Kriya Meditationen (keine Ermässigung): Euro 30 / CHF 35

Neu: Seminarpauschalen für die Teilnahme am ganzen Seminar.

Die vergünstigten Pauschalen sind bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn zu überweisen, es gibt keine Rückerstattung für nicht besuchte Meditationen. Diese Ermässigung ist nicht mit anderen Rabatten kombinierbar:

- 1. Kriya: Einführung und Besuch aller 1. Kriya Meditationen pauschal Euro 300 / CHF 350
- Bereits eingeführte 1. Kriyabans: Alle 1. Kriya Meditationen pauschal Euro 200 / CHF 220
- 2. Kriya: Besuch aller 1. + 2. Kriya Meditationen pauschal Euro 330 / CHF 380
- 3. Kriya: Besuch aller Meditationen pauschal Euro 390 / CHF 450

Einweihungen, siehe separates Informationsblatt

Europreise gelten für Teilnehmer/innen, welche im EU-Raum leben. Ermässigungen nach Absprache (z.B. Ausbildung, finanzielle Engpässe). Zudem besteht die Möglichkeit, finanzielle Unterstützung für Unterkunft und Reise bei Kriya Charity zu beantragen: [www.kriya.ch](http://www.kriya.ch) > Kriya Charity oder durch die Seminarorganisation.

Beträge unter CHF / Euro 100 bitte vor Ort bezahlen. Überweisungen ab CHF / Euro 100 bitte per E-Banking oder Zahlungsauftrag bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn mit Angabe des Seminarortes und Name des/der Teilnehmenden auf folgendes Konto: Barbara Glauser-Rheingold, Alte Landstrasse 131b, CH-8702 Zollikon  
Zürcher Kantonalbank, CH-8010 Zürich  
BLZ 700, IBAN CH17 0070 0113 5000 0396 9  
zusätzlich für internationale Überweisungen: BIC (Swift) ZKBKCHZZ80A

## WAS IST KRIYA YOGA:

Kriya Yoga hat eine lange Tradition und war früher nur wenigen auserwählten Menschen vorbehalten. Erst durch Paramahansa Yogananda (1893-1952), Autor von «Autobiographie eines Yogi», wurde diese uralte Meditationstechnik im Westen bekannt. Kriya Yoga ist eine Methode zur Selbstverwirklichung, welche seelische, geistige und spirituelle Entwicklung schenkt. Die Kombination von Atem-, Körper- und Konzentrationsübungen wirkt sich harmonisierend auf den Körper und das ganze Nervensystem aus. Jedermann kann diese Technik, ungeachtet seines Alters, seiner Herkunft und seines Glaubens, unter der direkten Anleitung eines autorisierten Lehrers lernen. «Kri» bedeutet «Handlung, Aktivität», «ya» bedeutet «Seele» und «Yoga» bedeutet «Einheit». Kriya Yoga bedeutet Einheit von Körper, Seele und Geist in jeder Handlung. Das Ziel dieses Weges ist es, die Fähigkeit und das Bewusstsein zu entwickeln, auch im Alltag – trotz aller Belastungen – in Harmonie und in Verbindung mit dem Göttlichen zu bleiben.

## SEMINARLEITUNG:

Kripanandamoyima (Barbara Glauser-Rheingold) ist Nachfolgerin von Paramapadma Dhiranandaji und führt die Kriya Yoga Tradition in seinem Sinne weiter. Von ihrem Lehrer erhielt sie ihren spirituellen Namen Kripanandamoyima, was «mitfühlende, verzeihende, glückselige Mutter» bedeutet.

## AUSKUNFT UND ANMELDUNG:

Nach Möglichkeit bitte über die Website: [www.kriya.ch](http://www.kriya.ch) > Seminare, oder per Post an: Marlies Brännhage, Feldstr. 8, CH-8700 Küsnacht, Telefon: +41 (0)44 912 29 20, E-Mail: [marlies.braennhage@kriya.ch](mailto:marlies.braennhage@kriya.ch). Bitte keine Anmeldungen per Telefon oder E-Mail. Schriftliche Anmeldungen bitte mit folgenden Angaben: Adresse, Telefon, Kriya Stufe bzw. vermerken «neu»; Teilnahme am ganzen Seminar oder an welchen Meditationen. Anmeldefrist ist der 23. Juni 2018.

## ANREISE:

Mit dem Auto: Über die Autobahn A8/A81 Stuttgart/Singen, Abfahrt Singen/Steißlingen/Moos oder Abfahrt Radolfzell bis Hemmenhofen.  
Mit dem Zug: Die nächsten Bahnhöfe auf der deutschen Seite des Bodensees sind Radolfzell und Singen, auf der Schweizer Seite Stein am Rhein oder Schaffhausen, danach mit dem Schiff bis Hemmenhofen. Das Hotel liegt direkt bei der Schiffsstation.

## MITNEHMEN:

Bequeme Kleidung (z.B. Trainer), Socken, Sitzkissen oder Meditationsbank. Einige Matten und Wolldecken stehen zur Verfügung; teilweise Teppichboden.