



*„Ihr sollt in Fülle, Freude und Schönheit leben.  
Das ist die Dreieinigkeit des Menschen“*

**Yogi Bhanjan**

- 1. Aktuelles**
- 2. Laufende Veranstaltungen**
- 3. Ausbildungen**
- 4. Sat Nam Rasayan**
- 5. Unser Yogazentrum**
- 6. Terminkalender**

### 1. **Aktuelles**



#### **Kundalini Yoga mit Gurmukh Kaur Khalsa aus Los Angeles Montag, den 30. Mai 2011 von 18:30 – 21:00 Uhr**

##### **Fünf Sutras für das Wassermann Zeitalter Im Herzen leben**

Es ist uns eine große Ehre Gurmukh Kaur Khalsa zum ersten Mal bei uns im Kundalini Yogazentrum zu begrüßen. Sie wird zusammen mit Gurushabd Singh einen Abend Workshop unterrichten.

Gurmukh Kaur Khalsa ist eine der ersten Schülerinnen Yogi Bhanjans. Sie begegnete ihm vor ca. 37 Jahren, wurde seine Schülerin und unterrichtet seitdem Kundalini Yoga.

Gurmukh Kaur Khalsa ist Mitbegründerin und Leiterin von „Golden Bridge“, einem spirituellen Zentrum in Los Angeles und New York.

Nach Ansicht vieler beginnt das Wassermann Zeitalter - oder auch „Age of Aquarius“ - im kommenden Jahr 2012. Dieser Kundalini Yoga Workshop wurde konzipiert, um uns den Übergang in die neue Zeit zu erleichtern. Gurmukh wird die fünf Sutras unterrichten, die uns aus alter Zeit und durch Yogi Bhanjan überliefert wurden. Sie erhellen und erklären uns den Weg, der ins Herz führt und zeigen uns, wie wir das heilige Geschenk des Lebens feiern können. Alle Könnensstufen sind willkommen.

### Die Fünf Sutras des Wassermann Zeitalters sind:

- Verstehe durch Mitgefühl oder Du wirst die Zeiten missverstehen
- Erkenne, die andere Person bist Du
- Wenn es an der Zeit ist, beginne; und der Druck wird weichen
- Es gibt einen Weg durch jede Blockade
- Vibriere den Kosmos und der Kosmos wird Deinen Weg frei machen

**Kontakt:** Gertrud Sandesh Kaur, email: [sandeshk@k-yoga.de](mailto:sandeshk@k-yoga.de).

**Leider ist der Kurs im Kundalini Yoga Zentrum inzwischen ausgebucht !!!!!**

Gurmukh Kaur Khalsa wird am 31.05. für einen weiteren Abendworkshop im Jivamukti Yoga Center in der Buttermelcherstrasse unterrichten. Mehr Infos unter [www.jivamukti.de](http://www.jivamukti.de)



### Tarn Taran Singh zu Gast im Kundalini Yoga Zentrum

Ende Mai kommt Tarn Taran Singh nach Bayern um ein Wochenende der Stufe 2 Kundalini Yoga Lehrer Ausbildung zu unterrichten. Er wird auch das Kundalini Yoga Zentrum München besuchen um dort den Aktiven (Steuermannschaft, Lehrer des Zentrums, Sadhana Anleitern und Vertretungen) des Kundalini Yogazentrums München einen besonderen Abend zu widmen.

Ein Workshop für alle wird vermutlich am Montag, den 06. Juni am Abend stattfinden. Der Termin ist noch nicht fix, auch das Thema des Workshops ist noch offen. Ihr werdet aber rechtzeitig informiert werden.

Infos unter [www.k-yoga.de](http://www.k-yoga.de)



### Shakti Dance Workshops mit Indra Kaur.

**Termine: 24.05. / 21.06. 2011**

**Shakti Dance ist das Yoga des Tanzes.**

**Es wurde von Sarah Avtar Kaur Olivier – mit Unterstützung von Yogi Bhajan, entwickelt.**

#### Was Dich erwartet:

Nach ruhigen Shakti Stretch Übungen, die den Körper sanft dehnen, Spannungen lösen und Stress abbauen, werden uns stehende Übungen und Schrittfolgen, die den Rhythmus und die Atmung verstärken, in eine Phase des freien Tanzes führen, in der sich die Shakti Energie frei ausdrücken kann. Im Anschluss an eine tiefe Entspannung wird die Energie in der Gruppe mittels einfacher Choreographien neu ausgerichtet und harmonisiert.

#### Wie es wirkt:

Die Übungsfolgen sind so aufgebaut, dass der Fluss des Pranas sehr effektiv stimuliert wird. Wir kommen so in Verbindung mit unserer Lebendigkeit, Energieblockaden werden sanft gelöst und der persönliche Bewegungsspielraum nimmt zu. Durch die harmonischen, sanft fließenden Bewegungen werden Körper und Geist wirksam entspannt. Die Tänzerin/der Tänzer kann so eine tiefe Harmonie und Einheit mit sich selbst und der Welt erfahren.

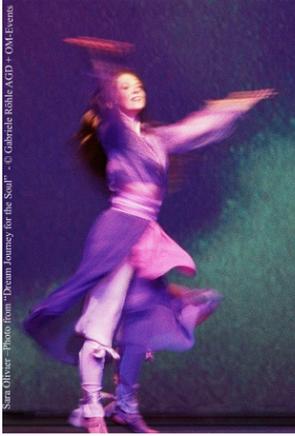
**Keine Anmeldung erforderlich, Alle Könnertufen sind willkommen.**

**Kostenbeitrag: 20,- € oder 4 Punkte (Monatskarte frei)**

**Im Kundalini Yoga Zentrum, Dienstag 20:15 Uhr – ca. 22:15 Uhr**

**Kontakt: Indra Kaur, email: [indra@k-yoga.de](mailto:indra@k-yoga.de), Tel. 0177-2088323**





## Shakti Dance Workshop am Samstag, den 4. Juni 2011

von 14:00 – ca. 17:00 im Kundalini Yoga Zentrum

Kosten für diesen ca. 3 stündigen Workshop werden 35,- € sein (ermäßigt 30€).

Dafür wird es noch eine separate Einladung geben, aber Du kannst Dich dafür gern schon voranmelden, da die Teilnehmerzahl begrenzt sein wird.

### Besonderes Highlight:

## Shakti Dance mit Avtar Kaur Olivier am 18./19. Juni 2011

Am 18./19. Juni wird die Meisterin des Shakti dance bei uns in München sein. Besonders interessant für alle, die sich für eine Ausbildung interessieren! Mehr Infos dazu folgen bald.

Kontakt: Indra Kaur, email: [indra@k-yoga.de](mailto:indra@k-yoga.de), Tel. 0177-2088323



### Noch ein Highlight!!

## Konzert mit Gurunam Singh aus USA und Sat Hari Singh & Friends am Freitag, den 20. Mai 2011 im Kundalini Yoga Zentrum München

Gurunam Singh ist ein sehr bekannter Musiker vom Winter Solstice in Florida. Er hat dort schon viele Male gespielt. Man kennt ihn vom Crimson Sadhana und der bekannten „Silent Moonlight Meditation“. Er ist auch sehr oft bei 3HO, im Hamburger Teehaus als Musiker zu Gast.

Sat Hari Singh: „Seine Power und Authentizität ist unglaublich!“

Er wird bei uns am Freitag, den 20. Mai ein Konzert geben.

**Gurunam Singh wird auch das Sadhana am Samstagmorgen spielen.**

Einlass: 19:30 Uhr (Konzertbeginn 20:00 Uhr)

Eintritt: 20,- €, Mitglieder von Kundalini Yoga Zentrum München: 17,- €

Info und Anmeldung: Mahan Kirn Kaur, [mahankirn@k-yoga.de](mailto:mahankirn@k-yoga.de).



## Rainbow Spiritfestival

10. – 13. Juni 2011 in München (M,O,C, Lilienthalstr.)

- Fast 400 Vorträge, Workshops und Konzerte
- 250 Aussteller
- Erlebnisräume und Oasen

Sat Hari Singh & Friends geben auf dem diesjährigen Rainbow-Spiritfestival wieder ein Konzert. Sat Hari Singh aus Hamburg hat uns dazu folgende Nachricht zukommen lassen:

**„Wir haben jetzt sozusagen das Eröffnungs-Konzert auf der Rainbow Spirit“.**  
**Freitag den 10. Juni um 19:30 Uhr.**

„Wir sind von einer unbekanntenen "No Name" Gruppe zu einem der 4-5 Konzert Highlights avanciert und es wäre schön, wenn ihr als Münchner Kundalini Yoga Sangat für das Konzert mobilisieren könntet. Wir kommen mit circa 10 MusikerInnen - darunter ist auch der Adi Shakti Chor, mit dem wir jetzt schon seit circa 2 Jahren spielen. Tablas, Harmonium, Key Board, Gitarre, Bass, Geige, Percussion sind unsere Instrumente bei Vollbesetzung.

Es ist also eine schöne Gelegenheit für die Münchner Sangat IHRE Musik zu hören.“

Der Eintritt ist Euro 28.- für das Konzert.

Wenn jemand den Tag über schon auf dem Festival ist, kostet der Eintritt nur noch Euro 9.-

**Ticketervice im Internet**

## Workshop mit Sadhana Singhaus Rom, am 20. / 21. August 2011



**The you within you.  
Search nothing but yourself.**

Whatever you want, don't go and take it but stay and attract it.  
Otherwise your richness will have no reach, your strength will have no source,  
your wisdom will have no standard and your identity will have no Infinity.  
Be, think, act and project from the core of yourself you will be impressed.

Ort: Kundalini Yoga Zentrum

Kontakt und Anmeldung: Indra Kaur, email: [indra@k-yoga.de](mailto:indra@k-yoga.de)

## 3HO Frauen Camp München 2011 – Frauen feiern Kundalini Yoga

vom 1. - 4. September 2011

**Kreativität - die Essenz des Weiblichen**

Zum dritten Mal findet das 3HO Frauen Camp München im Ökologischen Tagungshaus Linden nahe München statt.

Es erwarten dich kraftvolles Kundalini Yoga, heilende Meditationen, Shakti Tanz, Bhangara Tanzen, Gatka für Frauen, kreatives Basteln und eine wunderbare Gemeinschaft mit vielen anderen Frauen.

Für die Kinder wird ein Kindercamp angeboten.

Bitte fordere das Prospekt, Anmeldeformular und die Übernachtungs-/Verpflegungspreise an bei:  
Gisela Jot Kaur Pangerl [frauenyogacamp@k-y-m.de](mailto:frauenyogacamp@k-y-m.de)  
oder Friedgund Sat Purkh Kaur Förster, Tel. 089 8575424 ab 18 Uhr, [friedgund@k-yoga.de](mailto:friedgund@k-yoga.de)



## Mitfahrgelegenheiten zum Yogafestival

Wer eine Mitfahrgelegenheit zum diesjährigen Yogafestival sucht, oder jemanden mitnehmen kann, wendet sich bitte an Gerti Singh.

Sie hat sich auch heuer wieder bereiterklärt Anfragen zu sammeln und weiterzuvermitteln.

Kontakt: [Gertraud.Singh@googlemail.com](mailto:Gertraud.Singh@googlemail.com)



## 08. Oktober 2011 - Weißes Tantra Yoga in Oberschleißheim

*„Die Schönheit des Weissen Tantra Yoga liegt darin, dass es subtil ist, dass es Dich erhebt und dass es Dir die Meisterschaft über Dein Leben schenkt. „*

*Yogi Bhajan*

Es ist eine ganz besondere Gelegenheit Weisses Tantra Yoga zu praktizieren. Nütze die Zeit.

Info und Kontakt: [whitetantra@k-y-m.de](mailto:whitetantra@k-y-m.de), [www.k-yoga.de](http://www.k-yoga.de)



## 2. Laufende Veranstaltungen:



### Kundalini Yoga für Anfänger /Einsteiger

**Jeden Dienstag :** von 18:30 - 20:00 Uhr

In diesem Kurs werden die grundlegenden Techniken des Kundalini Yoga ausführlich erklärt und geübt. Neben einer Einführung ins Yoga, lernst Du die wichtigsten Atemtechniken, und machst Dich vertraut mit einfachen Übungsreihen, Meditationen und Entspannung.

**Keine Anmeldung erforderlich**

Kundalini Yoga Zentrum München, [info@k-yoga.de](mailto:info@k-yoga.de) , Tel. 089 – 55 29 39 88



### Vollmond Meditation

**Nächster Termin:**

**Dienstag, 17. Mai 2011 um 19.45 Uhr**

Nach alter Überlieferung findet jeden Monat zur Vollmondzeit auf geistiger Ebene eine Energie-Übertragung statt, die eine besondere Wirkung – entsprechend dem Tierkreiszeichen, in dem die Sonne gerade steht – auf die Entwicklung der Menschen hat.

Im Wassermannzeitalter stellen die Vollmond Meditationen ein wichtiges monatliches Fest dar, um das hereinströmen geistiger Energien beschleunigen zu können, das Gruppenbewußtsein zu fördern und den Weg für das Kommende vorzubereiten.

Die Vollmond Meditation ist eine Gruppenmeditation, die im Anschluss an die letzte Yoga-stunde für 31 Minuten stattfindet. Die Teilnehmer sitzen dabei in einem tantrischen Heilkreis, halten sich an den Händen und chanten das Mantra „*Wahe Guru*“. Wichtig: Es müssen mindestens 11 Teilnehmer sein und der Kreis darf während der Meditation nicht gebrochen werden.

Kostenbeitrag von 5,-€. Für Vereinsmitglieder kostenlos.

Info & Anmeldung: Kundalini Yoga Zentrum München,  
[info@k-yoga.de](mailto:info@k-yoga.de), Tel. 089 – 55 29 39 88



### Mantra Singen mit Klaus

**Nächste Termine: 29. Mai, 26. Juni, 17. Juli 2011**

**Die Termine finden jeweils am Sonntag um 18:30 Uhr statt**

Jeder ist herzlich eingeladen, vorbei zu kommen und mit zu singen. Auch Mitmusiker sind herzlich willkommen. Gesungen werden Mantren und Lieder aus allen Traditionen.

Um Anmeldung wird gebeten.

Kostenbeitrag von 5,- € für das Yogazentrum. (Für Vereinsmitglieder kostenlos)

Info & Anmeldung: Kundalini Yoga Zentrum München,  
[info@k-yoga.de](mailto:info@k-yoga.de), Tel. 089 – 55 29 39 88

## Die Stille hinter dem Klang - Klangerlebnisreise Kundalini Yoga und Tibetische Klangschalen

mit Mahan Kirn K. Held und Rupert Aicher

Dienstag, 10. Mai, um 20:15 Uhr



Der Klang der tibetischen Klangschalen verbindet uns mit unserer Seele und hilft uns dabei, dass wir uns selbst wieder näher kommen und mehr spüren, uns selbst mehr wahr nehmen. Wir kommen in eine tiefe Ruhe wo Körper, Geist und Seele wieder in einen Einklang kommen dürfen, im Einklang mit uns selbst. Die Klänge gehen in Resonanz mit allem in uns. Es entsteht Raum für Neues und wir fühlen uns in der Lage Altes loszulassen.

In diesem Klangerlebnisabend wird jedem der sich dem Medium Klang öffnen möchte die Möglichkeit gegeben, Klang direkt und unmittelbar an sich selbst zu erfahren. Jeder Teilnehmer kann sich für einen Klang der fühlbar mit ihm/Ihr in Resonanz geht entscheiden. Hierbei werden die ausgesuchten Klangschalen direkt auf dem Körper aufgelegt und so wird jeder Teilnehmer aktiv in die Klangreise mit einbezogen.

Ein kurzes Yogaset hilft uns zu entspannen und bereitet uns optimal für das Klangerlebnis vor.

Kosten: 20,- € (oder 4 Punkte/Punktekarte)  
mit Monatskarte frei

Kundalini Yoga Zentrum München,  
[info@k-yoga.de](mailto:info@k-yoga.de) oder [mahankirn@k-yoga.de](mailto:mahankirn@k-yoga.de)

## Kundalini Yoga und Gong Meditation mit Satya Singh A. J. Renner

Dienstag 28. Juni, um 20:15 Uhr



Die Gongmeditation hilft dir die Gedanken deines Geistes völlig stillzulegen. Der absolute Klang des Gongs ist dein Urklang. Er trägt dich hinfort und kann sich in tiefe Meditation versetzen. Abschalten vom Alltag, sich hingeben und den Klangwellen des mächtigen Instrumentes am Körper spüren.

Wir bereiten uns zielgerichteten Yogaübungen auf die Gongmeditation vor. Sie stärken unseren Körper und helfen, sich für die Kraft des Gongs zu öffnen.

Kosten: 20,- € (oder 4 Punkte /Punktekarte)  
mit Monatskarte frei

Kundalini Yoga Zentrum München  
Satya Singh A. J. Renner, Tel. 08441 – 760 603, [satyasingh@gongmeditation.de](mailto:satyasingh@gongmeditation.de)



## Lehrer für Lehrer Treffen

Termine : 05. Juli, 27. Sept., 18. Okt., 15. Nov. 2011

Nutze die bereichernde Gelegenheit, dich im Kreise der „Goldenen Kette“ zu treffen, gemeinsam eine besondere Kriya und Meditationen anzuleiten oder zu genießen, zu erfahren und dich inspirieren zu lassen. Wie bisher werden wechselnde Lehrer unterrichten und im Anschluss an die Stunde gibt es die Möglichkeit für Feedback, Fragen und Austausch.

Unkostenbeitrag 5,-€

Die Treffen finden jeweils am Dienstag, um 20:15 im Yogazentrum statt.

Info und Anmeldung: [antonella@peinl.de](mailto:antonella@peinl.de) oder [santsubagh@k-yoga.de](mailto:santsubagh@k-yoga.de)

### 3. **Ausbildungen**

#### Lehrerausbildung Stufe 1 Süddeutschland



*„Wenn du etwas lernen willst – studiere es,  
wenn du etwas wissen willst – lies darüber,  
wenn du etwas meistern willst – unterrichte es.“  
Yogi Bhanjan*

Die Ausbildung beinhaltet 12 Ausbildungswochenenden und 1 Examenswochenende. Sie besteht aus 4 Grundkursen zu je 3 Wochenenden (Praxis und Unterricht, Wirkweise und Therapie, Yogapsychologie und Humanologie, Meditation und Philosophie).

#### **3HO Kundalini Yoga Lehrer/innen Ausbildung Stufe 1 München**

Beginn: September 2011 im Kundalini Yoga Zentrum München, Kaiserstr. 13.

Info und Anmeldung:

Santsubagh Kaur Schießl [santsubagh@k-yoga.de](mailto:santsubagh@k-yoga.de)

**Neu:**

#### **3HO Kundalini Yoga Lehrer/innen Ausbildung Stufe 1 Regensburg**

Beginn: 27. Januar 2012

Infoabend am 01. Juli 2011 um 19:00 Uhr im Yoga Shakti/Regensburg,  
Franz-von-Taxis-Ring 55a, 93047 Regensburg.

Ausbildungsort: Bildungshaus-Hermannsberg, 93109 Wiesent, Tel. 09482-959370,  
[www.haus-hermannsberg.de](http://www.haus-hermannsberg.de)

Info und Anmeldung für Regensburg:

Sat Ravi Kaur Paluka, Tel. 0941-699941,  
Mobil: 0171/5292022, [sp@yogashakti-regensburg.de](mailto:sp@yogashakti-regensburg.de)

**Neu:**

#### **3HO Kundalini Yoga Lehrer/innen Ausbildung Stufe 1 Franken**

Beginn 01. Juli 2011

Infoabende: am 20. Mai 2011 um 19:00 Uhr, in Schweinfurt, Hadergasse 14,  
am 27. Mai 2011 um 19:00 Uhr, in Würzburg, Maxstrasse 2

Ausbildungsort: Seminarhaus Seeblick im Steigerwald

Info und Anmeldung für Franken:

Sangeet Singh Gill, 35510 Butzbach,  
Tel. 06033/9242624, [sangeet@yogaraum.de](mailto:sangeet@yogaraum.de)

---

## 4. Sat Nam Rasayan



### Sat Nam Rasayan – Heilkunst des Kundalini Yoga

#### Info Abend zur einjährigen Ausbildung in München

am Samstag, den 16. Juli 2011 um 18:30 Uhr

Ort: Kundalini Yoga Zentrum München, Kaiserstr. 13,

Die Teilnahme ist kostenlos. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

#### Was ist Sat Nam Rasayan?

Sat Nam Rasayan ist eine meditative Heilkunst des Kundalini Yoga und wird im Auftrag von Yogi Bhajan seit 1989 von Gurudev Singh unterrichtet. "Sat Nam" bedeutet Seele, "Rasayan" bedeutet Fließen.

In der Ausbildung wird Schritt für Schritt der Zugang zum sogenannten Heiligen Raum des Universums eröffnet. Praxis in Kundalini Yoga erleichtert diesen Zugang erheblich. In diesem Bewußtseinszustand ist es möglich, allein mit Aufmerksamkeit und Achtsamkeit die Lebenskraft, die fünf Elemente, die Muskeln, Nadis und Meridiane in ein Gleichgewicht zu bringen. Dadurch kann Heilung eintreten. Auch wer nicht selber als HeilerIn tätig werden möchte, kann mittels Sat Nam Rasayan seine Achtsamkeit erheblich steigern.

Das regelmäßige Üben und Behandeln mit Sat Nam Rasayan macht sich auch im täglichen Leben positiv bemerkbar: die Erfahrung der großen Kraft, die in dieser Stille und im Nichts-Tun liegt schenkt Freude, Gelassenheit und Lebensmut. Sat Nam Rasayan ist ein direkter Weg zu Bewußtheit und intuitivem Leben.

Schritt für Schritt entdecken wir so einen Zustand, in dem wir mit dem Heiligen eins werden, das in sich die Unendlichkeit trägt. In diesem besonderen Zustand heilt und regeneriert sich der Körper. Durch Sat Nam Rasayan erlernen wir die Essenz des Heilens

#### Die Ausbildung

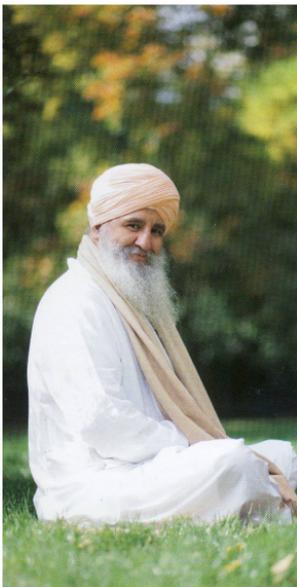
Beginn: Samstag, 12. November 2011, 10:00 – 18:00 Uhr

- 4 Tage mit Gurudev Singh
- 8 Tage mit Ausbildern
- 10 Übungsabende
- freiwillige Zertifikatsprüfung Oktober 2012

#### Ausbilder

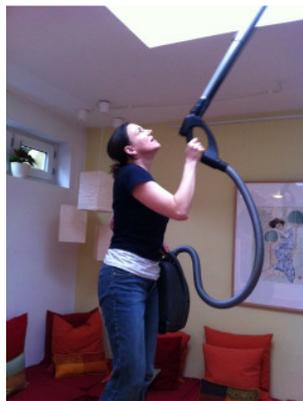
**Gurudev Singh Khalsa:** geb. 1948 in Puebla, Mexiko. Heiler und langjähriger Schüler von Yogi Bhajan. Meister und Lehrer des Sat Nam Rasayan. Gründer der Sat Nam Rasayan Schule in Rom sowie der Sat Nam Rasayan Foundation, Amsterdam. Er lebt in Rom und unterrichtet weltweit, vor allem in Nordamerika und Europa. Renate Meier, Kai Michaelis und weitere, von ihm beauftragte AusbilderInnen, unterrichten in der Stufe 1 Ausbildung acht Tage.

Info und Anmeldung: Martin Ries, Tel.: 089/82073993 [Muenchen@sat-nam-rasayan.de](mailto:Muenchen@sat-nam-rasayan.de)



## 5. Unser Zentrum

### Frühjahrsputz 2011 im Yogazentrum



Auch das muss sein. Vielen Dank den Helfern!

### Sadhana

Morgenyoga und spirituelle Praxis täglich von 5:30 bis 8:00 Uhr. Auf Spendenbasis. Auch eine großartige Gelegenheit für alle angehenden YogalehrerInnen, sich in der Unterrichtspraxis zu üben.

### Mitglied werden

**Kundalini Yoga Zentrum München** ist ein gemeinnütziger Verein und lebt durch seine Mitglieder. Jeder kann Mitglied werden. Durch Deine Mitgliedschaft signalisierst du Gruppenbewusstsein und kannst so den Verein finanziell und, wenn du möchtest, durch tatkräftige Hilfe unterstützen. Hauptziel des Vereins ist es, allen daran interessierten Menschen zu helfen, die in ihnen liegenden Fähigkeiten zu entwickeln, sich zu höchstem Bewusstsein zu entfalten und ein gesundes, glückliches und ganzheitliches Leben zu führen. Der Verein ist interkonfessionell. Er ist nicht an Parteien oder Interessengruppen gebunden.

#### Vorteile der Mitgliedschaft:

- Mitbestimmung in jährlicher Mitgliedsversammlung
- Preisnachlass auf Monatskarte (gültig für das laufende Kursangebot) in Höhe von 50%
- Preisnachlass auf Workshops und Sonderveranstaltungen in Höhe von 10%
- Kostenfreie Teilnahme an besonderen Aktivitäten, wie Mantrasingen, Gruppenmeditationen, Langars etc.
- Regelmäßiger Information (Email-Newsletter)

Der Mitgliedsbeitrag beträgt 20,00 € oder 10,00 € (für Mitglieder von 3HO-Deutschland) im Monat. Wir freuen uns über Zuwachs!

Interessierte wenden sich bitte an [info@k-yoga.de](mailto:info@k-yoga.de) oder Tel. 089/55 29 39 88

### Feedback

**Wir sind sehr an Deinem Feedback interessiert!** Schreibe uns, was Du im Zentrum erlebt hast, was Du gut findest, was man Deiner Meinung nach noch verbessern könnte und welche Wünsche Du für die Zukunft des Zentrums hast. Wir freuen uns über neue Ideen und Anregungen.

Ansprechpartner: Indra Kaur, [indra@k-yoga.de](mailto:indra@k-yoga.de)

### Unterstützung

Wer möchte das Münchner Kundalini Yoga Zentrum tatkräftig unterstützen? Wir freuen uns über Mithilfe in allen Bereichen.

Interessierte wenden sich bitte an [info@k-yoga.de](mailto:info@k-yoga.de)

## **6. Terminkalender:**

<b>2011</b>	
10. Mai	Kundalini Yoga und Tibetische Klangschalen
17. Mai	Vollmondmeditation
20. Mai	Konzert mit Gurunam Singh, Sat Hari Singh & Friends
24. Mai	Shakti dance Workshop mit Indra Kaur
25.-29. Mai	1. Deutsches Kundalini Yoga Festival in Oberlethe / bei Oldenburg
29. Mai	Mantra Singen mit Klaus
30. Mai	Kundalini Yoga mit Gurmukh Kaur Khalsa
04. Juni	Shakti dance Workshop mit Indra Kaur
06. Juni (?)	Abendworkshop mit Tarn Taran Singh
10.-13. Juni am 10 Juni	Rainbow Spritfestival in München (M,O,C) Konzert mit Sat Hari Singh & Friends
18.-19. Juni	Shakti dance mit Avtar Kaur aus Rom
21. Juni	Shakti dance Workshop mit Indra Kaur
26. Juni	Mantra Singen mit Klaus
28. Juni	Kundalini Yoga und Gongmeditation mit Satya Singh
05. Juli	Lehrer für Lehrer
16. Juli	Info Abend zur Satnam Rasayan Ausbildung
17. Juli	Mantra Singen mit Klaus
26. Juli – 03. August	Yoga Festival in Fondjouan, Frankreich
20.-21. August	Workshop mit Sadhana Singh aus Rom
01.-04. Sept.	Frauencamp in Linden zum Thema „Kreativität“
27. Sept.	Lehrer für Lehrer
08. Okt. 2011	Weisses Tantra (Bürgerzentrum Oberschleißheim)
18. Okt.	Lehrer für Lehrer
15. Nov	Lehrer für Lehrer
19./20. Nov.	Sadasat Kaur und Sadasat Singh, Workshop

Sat Nam  
viel Licht und Liebe

wünscht Euch  
Euer Team vom  
Kundalini Yoga Zentrum München

---