

New Life Awakening Retreat - Programm 2018



Freitag		
08:00 - 9:00	Frühstück	Ess-Raum
10:00 - 11:00	Einteilung in 3 Workshops a) Surya für Neue b) Surya für Fortgeschrittene c) Kriya-Yoga-Techniken für Fortgeschrittene - Fragen und Antworten	Bei Regen: a) Retreat-Raum b) Retreat-Raum c) Workshop-Raum
11:00 - 12:00	Asanas für alle nach SYP	Retreat Raum
12:00 - 12:30	Lotusmeditation für alle	Retreat Raum
13:00	Mittagessen	Ess-Raum
c.a. 14:00 - 14:45	Shop*	Anmeldung
15:30 - 16:30	Einteilung in 3 Workshops a) Surya für Neue b) Surya für Fortgeschrittene c) Asanas nach SYP d) Kriya Yoga Techniken für Fortgeschrittene (Fragen)	Bei Regen: a) Retreat-Raum b) Retreat-Raum c) Workshop-Raum d) Ess-Raum
16:30 - 17:00	Suryameditation	Retreat Raum
18:00	Abendessen	Ess-Raum
19:30 - 21:00	Vorstellung, Mantra-Singen, Erdfriedensmeditation Satsang mit Gurunath (Basic-Kriya-Technik)	Retreat Raum
ab 21:00	offener gemütlicher Abend: Mantra Singen, Trommeln, Lagerfeuer	kleiner Schwitzhüttenplatz
Samstag		
07:45 - 08:30	Asanas für alle nach SYP, kurze Meditation	Retreat Raum
08:00 - 09:00	Frühstück	Ess-Raum
08:45	Einlass	Retreat Raum
09:00 - 09:45	Einteilung in 3 Workshops a) Surya für Neue (New Life Awakening Technik) b) Surya für Fortgeschrittene c) Surya Mantren und Mantren der SYP für Fortgeschrittene	Bei Regen: a) Retreat Raum b) Retreat Raum c) Workshop-Raum
09:45 - 10:30	Kriya Technik - Wiederholung	Retreat Raum
10:30 - 12:30	Satsang mit Gurunath (Kriya-Technik)	Retreat Raum
ab 12:30	Mittagspause und Mittagessen	Ess-Raum
c.a. 13:30 - 14:15	Shop*	Anmeldung
13:45 - 14:15	Vorstellung des Siddhanath Forest Ashrams in Indien	Ess-Raum

14:30 - 16:30	Kriya-Techniken Wiederholung/Fragen Einteilung in 2 Workshops a) Kriya für Neue/Mahamudra b) Kriya für Fortgeschrittene	Bei Regen: a) Workshop-Raum b) Retreat-Raum
16:45 - 18:00	Abendessen	Ess-Raum
18:00	Treffen am Haupteingang des Seminarhauses	
18:15	Abfahrt mit Bus zum See	
19:00 - 21:00	Schiffs-Satsang mit Gurunath auf dem See	
ab 22:00	Suppe und Brot in Hellenthal	Ess-Raum
Sonntag		
07:45 - 08:30	Surya Yoga (Einteilung in 2 Workshops) a) Surya für Neue b) Surya für Fortgeschrittene	Bei Regen: a) Workshop-Raum b) Retreat-Raum
08:00 - 09:00	Frühstück	Ess-Raum
09:15	Einlass	Retreat Raum
09:30 - 10:30	Kriya Techniken Wiederholung mit Acharyas	Retreat Raum
11:00 - 13:00	Satsang mit Gurunath (Kriya-Technik)	Retreat Raum
ab 13:00	Mittagspause und Mittagessen	Ess-Raum
c.a. 13:45 - 14:30	Shop*	Anmeldung
14:45 - 15:45	Kriya Techniken Wiederholung mit Acharyas	Retreat Raum
16:00 - 17:30	Satsang mit Gurunath	Retreat Raum
ab 18:00	Abreise	
19:00	Abendessen	Ess-Raum
Montag		
08:00 - 09:00	Frühstück	Ess-Raum
10:00 - 12:00	Wiederholung und Übung der Basis-Kriya Techniken für Neue	Retreat Raum
ab 13:00	Abreise	

***Informationen zum Shop:**

Mögliche Abweichungen der Öffnungszeiten.

Tatsächliche Zeiten werden beim Shop ausgelegt.