

Lehrplan 2026

Januar

2.-4.		
9.-11.	Cakra-Lehre/Karin Kapros	Gr. 20
16.-18.	Pranayama I/Karin Kapros	Gr. 22
23.-25.	Pranayama II/Karin Kapros	Gr. 21
30.-1.2.		

Februar

6.-8.		
13.-15.	Samkhya-Philosophie und die Lehre des Ayurveda/Isolde Hestermann	Gr. 20
20.-22.	Samkhya-Philosophie und die Lehre des Ayurveda/Isolde Hestermann	Gr. 21
27.-1.3.	Tantrismus/Daniela Carl	Gr. 22

März

6.-8.		
13.- 15.	Supervision/ Isolde Hestermann	Gr. 20
20.-22.	Medizin III/ Umgang mit besonderen TN und Krankheiten/Gudrun Sowa	Gr. 21
27.-29.	Medizin II/ Atmung, Herz, Kreislauf/ Dr. Günter Niessen	Gr. 22

April

3.-5.		
10.-12.	Drehungen/Isolde Hestermann	Gr. 22
17.-19.	Gleichgewicht und Umkehrhaltungen/ Isolde Hestermann	Gr. 21
24.- 26.	Beginn/Grundlagen I/Karin Kapros	Gr. 23

Mai

1.-3.	Persönlichkeitsentwicklung/ Selbsterfahrung/Monika Fell-Hagen	Gr. 21 Seminarhof Schleglberg
8.-10.		
16./17.	2. Vorstellstunde	Gr. 22
22.-24.	Grundlagen II/Karin Kapros	Gr. 23
27.-31.		

Juni

3.-7.	Prüfung	Gr. 20 Seminarhof Schleglberg
13./14.	4. Vorstellstunde	Gr. 21
19.-21.	UG/Grobplanung/Karin Kapros	Gr. 23
26.-28.	Stimme und Sprache/Barbara Oberst	Gr. 22

Juli

3.-5.	Quellentexte	Jahresseminar aller Gruppen in Miesbach
10.-12.		
17.-19.		
24.-26.	UG/Feinplanung/Karin Kapros	Gr. 23
31.-2.8.		

August

September

4.-6.	Pranayama III/Karin Kapros	Gr. 21
11.-13.	Medizin III/ Umgang mit besonderen TN und Krankheiten/Gudrun Sowa	Gr. 22
18.-20.	Einführung in die Yogaphilosophie/ Eckard Wolz-Gottwald	Gr. 23
25.-27.		

Oktober

2.-4.		
9.-11.	Yoga Meditation nach Patanjali/ Karin Kapros	Gr. 21
16.-18.	Pranayama II/Karin Kapros	Gr. 22
23.-25.	HY/Rückbeugen/Isolde Hestermann	Gr. 23

November

7./8.	5. Vorstellstunde	Gr. 21
14./15.	3. Vorstellstunde	Gr. 22
20.-22.	Yogasutra, Kap.I/Karin Kapros	Gr. 23
28.		

Dezember

4.-6.
11.-13.
18.-20.
25.-27.

