



---

## SEMINAR-ÜBERSICHT 2019

### I. Allgemeine Informationen

**Seminarzeiten:** am Samstag: **9:30 – 12:30, 14:30 – 19:00**  
am Sonntag: **9:00 – 13:30** (mit Pausen)

**Gebühren:** € 150.- / Wochenende kpl. (einzeln: Samstag: 100.- € / Sonntag: 70.- €)

**Bitte beachten:** Für die Teilnahme an den Seminaren ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich!

### II. Seminarthemen

(1) **4. Mai 2019** (Samstag)

Referentin: **Dr.med. Hedwig Gupta**

Thema: **Einführung in den Āyurveda: Grundlagen, Konstitutionstypen (vāta, piṭṭa, kapha), wichtige Hinweise zur āyurvedischen Ernährung**

Dr.med. Hedwig Gupta ist promovierte Fachärztin für Orthopädie und Rheumatologie mit eigener Praxis. Zusätzlich absolvierte sie ab 1995 in Indien ein Grund- und Postgraduiertenstudium von „Yoga und Ayurveda“ sowie zahlreiche Weiterbildungen in TCM (v.a. Akupunktur) und anderen ganzheitlichen Medizinsystemen. Sie veröffentlichte 1998 – zusammen mit M.D. Jain – das Buch „Yoga als adjuvante Therapie“. Frau Dr. Gupta gibt – neben ihrer Praxistätigkeit – zahlreiche Fort- und Weiterbildungen im Bereich Yoga und Āyurveda. [Siehe: <https://www.dr-gupta.de>]

(2) **01./02. Juni 2019** (Sa./So.)

Referentin: **Katja Kellner**

Thema: **Haṭha-Yoga nach spiraldynamischen Grundsätzen (mit Hinweisen zur Anatomie und Physiologie) sowie mit Singen von kīrtans und bhajans**

Katja Kellner war Schülerin des indischen Meisters Svāmī Muktānanda und lebte in seinen Āśrams in Indien und in den USA. Dort fand sie auch einen intensiven Zugang zur Tradition der indischen spirituellen Lieder (bhajans, kīrtans). Neben diesem Aspekt des Bhakti-Yoga in Gesang und Tanz vermittelt Katja Kellner authentische Erfahrungen, die sie aus spiraldynamischen Ansätzen im Haṭha-Yoga gewonnen hat. [Siehe: [www.tulsi-yogaschule-traunstein.de](http://www.tulsi-yogaschule-traunstein.de)]