

Kursprogramm Ayurveda-Institut München Herbst 2024

Kurs: Ayurveda intensiv

mit Dr. Müller-Leisgang und Krisztina Gerháth

Lernen sie an diesem Tag alle Bereiche des Ayurveda kennen. Erfahren Sie mit Ihren fünf Sinnen die Doshas Vata, Pitta und Kapha, bestimmen Sie Ihre Konstitution, lernen Sie eine wirksame, tägliche Routine kennen, kosten Sie ein schmackhaftes Menue nach Ayurveda, schnuppern Sie hinein in die Welt der medizinischen Öle, erfahren Sie die Marma-Punkte an Ihrem Körper und entspannen Sie mit einer einfachen, kurzen Atem-Meditation.

Wann: Sa 26. Oktober 2024 09.30 bis 16.30 Uhr

Kostenbeitrag: 180 € inkl MwSt, Höchstteilnehmerzahl 15 Pers.

Kurs: Ayurvedisch kochen - nächster Kurs im Oktober

Kursleitung Dr. Annette Müller-Leisgang, mit Ayurveda-Köchin Andrea Larcher oder Arosha Rosenberger

Sie kochen ein 6 Gänge Menue und lernen die Regeln für die ayurvedische Ernährung kennen.

Wann: Sa 12. Oktober 2024 9.30 - 13.30 Uhr

Kostenbeitrag: 108,00 € inkl 19%MwSt

Mindestteilnehmerzahl 4 Pers, Höchstteilnehmerzahl 8 Pers.

Kurs: Kräuterwanderung & Wildkräuterküche

Lernen Sie mit Ulla Hengstenberg und Annette Müller-Leisgang unsere heimischen, essbaren Kräuter auf einer zwei-stündigen Wanderung kennen und lernen Sie anschließend Rezepte mit den gesammelten Kräutern kennen

Wann: So 20. Oktober 2024 10:00 - 14:00 Uhr

Wo: Henschelstr.1 am Weg zum Löschweiher

Kostenbeitrag: 30,00 € inkl 19%MwSt , Höchstteilnehmerzahl 25 Pers.

Kurs: Selbstpulslesen in drei Teilen

Kursleitung Dr. Annette Müller-Leisgang

Der Puls ist ein Spiegel der drei Bioenergien Vata, Pitta und Kapha, Doshas genannt.

Im Kurs lernen Sie spielerisch, den eigenen Puls zu tasten und zu bestimmen.

Wann: Teil 1 So 27. Oktober 2024, 09:00 - 12:00 h, + zwei Übungsabende

Kostenbeitrag: 180 € inkl 19%MwSt

Kurs: Augentraining mit Agnes Maria von Agris-Loewen

Verbessern Sie Ihre Sehkraft durch einfache Übungen entscheidend! Das Training von Augen-Yoga, Partnerübungen, wirksame Augenentspannung wird sich auf Ihre Konzentration und auch die Bildschirmarbeit auswirken.

Wann: Fr, 15.11.24, 18.00 bis 20.00 Uhr

Kostenbeitrag: 30 € inkl 19%MwSt

Kurs: Marma Chetana Grundkurs mit Ram Sharma

Lernen Sie mit dem erfahrenen Vaidya Ram Sharma BAMS die geheimen Druckpunkte auf unserem Körper kennen, über die Sie Zugang zu den Schaltzentralen von Nerven und Hormonen haben.

Wann: Sa 16. November 2024 , 09:00 - 12:00 Uhr

Kostenbeitrag: 108 € inkl 19%MwSt

Kurs: Marma Chetana Praxiskurs mit Ram Sharma

Druckpunkte auf dem eigenen Körper bei bestimmten Störungen anwenden

(Voraussetzung ist der Marma Chetana Grundkurs)

Wann: Sa 16. November 2024 - 13:00 - 16:00Uhr

Kostenbeitrag: 108 € inkl 19% MwSt



AYURVEDA INSTITUT MÜNCHEN

Dr. med. Annette Müller-Leisgang