

## Präsenz-Programme

### AUGSBURG

Augsburger Zeughaus, Raum 113, Zeugplatz 4, 86150 Augsburg  
Freiwilliger Beitrag zur Raummiete  
Mittwoch 19:00 Uhr – Einstieg jederzeit möglich  
Kontakt: 0176 357 200 30

### BREGENZ

Kurse/Meditation nach Absprache  
Kontakt: Saskia +43 / 680 / 30 55 174

### GRAFING / EBERSBERG

Offene Meditationsgruppe  
c/o Lavanya Nicola Schlosstr. 20, 85567 Grafing  
Bitte vorher anmelden!  
Kontakt: 0173 421 74 21 (Lavanya Nicola)

### INNING am Ammersee (5-Seenland)

Offene Meditationsgruppe c/o Angelika Gall, Salzstr. 13, 82266 Inning  
jeden 2. Mittwoch 19:30 Uhr  
Bitte vorher anmelden!  
Kontakt: 08143 8585 oder 0171 7810617 (Angelika Gall) – 08193 996368 (Reshma Fichtl)

### KRONACH

Meditation in der göttlich urmütterlichen Kraft Kundalini  
bei Marianne Volkmann. Am Flügelbahnhof 12a, 96317 Kronach  
Dienstags, 19.00 Uhr  
Bitte mit Voranmeldung  
Kontakt: 09261 679 4441  
e-mail: [marianne-sahaj@gmx.de](mailto:marianne-sahaj@gmx.de)

### LANDSHUT

Spüren, was Meditation vermag  
Dienstags, jeweils 18:30 Uhr (alle 14 Tage)  
Ländgasse 117  
Info und Anmeldung I. Wiener 0176 393 41410  
<https://www.meetup.com/de-DE/Sahaja-Yoga-Meditation-Landshut/>

### MÜNCHEN

Am Lilienberg 2 a,  
81669 München (S-Bahn Rosenheimer Platz)  
Dienstag, 18:30 – 20:00 Uhr (English meditation classes for everyone)  
Donnerstag 19:30 Uhr (Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene)  
Freitag 19:30 Uhr (International für Anfänger und Fortgeschrittene)  
Samstag 18:00 Uhr (Familien Meditation für Sahaja Yogis)  
mehr Information / Kontakt unter: <https://www.sahajayoga.de/muenchen/>

### NÜRNBERG / FÜRTH / ERLANGEN

Erlangen: E-Werk Fuchsenwiese (Nähe Hbf. Erlangen) Raum 4

Mittwoch 19:00 Uhr (Deutsch und Englisch)  
kostenlos (wer möchte, kann etwas zur Raummiete beisteuern), Einstieg jederzeit möglich

Adelsdorf / Aisch: Am Uttsberg 8, KiGa Gebäude 1.OG

Freitag 18:00 Uhr (Deutsch, Englisch und Russisch)

kostenlos, Einstieg jederzeit möglich

#### PASSAU

Logopädie Praxis, Grünau Strasse 13a, 94032 Passau

jeden 2. Freitag 18:45 Uhr (alle ungeraden Kalenderwochen)

Freiwilliger Beitrag zur Raummiete

Kontakt: +43 771 920 004 (Rosalinde)

#### ROSENHEIM

AWO-Mehrgenerationenhaus

Ebersbergerstr. 8, 2. Stock, 83022 Rosenheim, Eintritt frei

Jeden Donnerstag, 19:00 Uhr – Einstieg jederzeit möglich

Kontakt: 08031-2218890 oder 0163-1833003 (Christian Rein)

mailto: [christianrein@yahoo.de](mailto:christianrein@yahoo.de)

#### TÜRKHEIM

Offene Meditationsgruppe c/o Fam. Regenscheit,

Maximilian-Philipp-Str. 5

86842 Türkheim.

Eintritt frei

Kontakt: Swati Regenscheit 08245 / 968 129, 0176 / 4033 5166

#### ULM / NEU-ULM

Albertinum, Heinz-Rühmann-Str. 7, 89231 Neu-Ulm

Mittwoch 18:00 Uhr

Kontakt: 0731 / 72 53 490 oder 0176 / 55 400 478

### **In Österreich angrenzend**

#### GMUNDEN

A-4810 Gmunden Sahaja Yoga Zentrum / Franz Reisenbichler-Straße 1

jeden Montag 9 – 10 Uhr Info Helga 0699/11081776

jeden Dienstag 19.30 – 21.00 Uhr Info Roswitha 0681/10291949

Nur für fortgeschrittene Yogis: Freitag 19.30 h – 21 h

#### SALZBURG

Nach Vereinbarung: Kontakt und Info: Viktoria: [viwi36@gmail.com](mailto:viwi36@gmail.com)

A- 5020 Salzburg / Franz-Josef-Straße 4

#### TAUFKIRCHEN a.d. PRAM (bei Passau)

Penzingerstrasse 29, A-4775 Taufkirchen

Offene Meditationsgruppe, Einstieg jederzeit möglich - Eintritt frei

jeden 2. Montag 18:00 (alle ungeraden Kalenderwochen)

Kontakt: +43 771 920 004 (Rosalinde)

## Online Programme

### **Achtung:**

von 25.02. bis 17.03. wird die Online-Meditation ersetzt durch die weltweite "21-Tage-Meditation"

### **Schedule ab 18.03.2023:**

Montag 18:00Uhr  
Meditatia de seară  
(Rumänisch) 60-75min

Montag 19:30Uhr  
Meditate to Regenerate  
(English) 60-75 min

Dienstag 19:30Uhr  
Meditation – Zeit für Dich  
(Deutsch) 60-75min

Join Zoom Meeting

<https://us02web.zoom.us/j/88930593893?pwd=A-1rRH-6CC7Vqj07EIWiSI9gekNAp.1>

Meeting ID: 889 3059 3893

Passcode: 631309

Mittwoch 19:30Uhr  
Meditation "Your new lifestyle"  
(Deutsch/English) 60-90min  
den Facebook / youtube link findest du über den QR-Code

