



Wir wünschen euch eine lichtvolle Weihnachtszeit!

Liebe Triveni's und Interessent/innen,

Das Triveni-Team wünscht allen eine schöne und friedvolle Adventszeit und ein gesegnetes Weihnachtsfest. Einen herzlichen Dank an alle, die das Zentrum auf die eine oder andere Weise unterstützt haben.

In diesem Jahr ist das Triveni Zentrum wieder von
Dienstag 27.12.2016 bis Freitag den 6.1.2017 geschlossen.

Verschenke zu Weihnachten ein Stück Gesundheit:

Geschenkgutscheine für Punktekarten oder Kurse sind bis 23.12.2014 bei uns erhältlich. Einfach anrufen oder eine Mail schicken.

Wir haben auch wieder einige kleine und größere Geschenke, die sich darauf freuen andere glücklich zu machen, wie z.B. Edelsteinsets, Aroma Öle, Figuren, Entspannungs-CD's, gute Bücher, Yogakleidung, Yogamatten und einiges mehr.

Und nun wünschen wir Euch viel Freude mit unserem Angebot für den Dezember.

Inhaltsverzeichnis

1. [Kurse und Seminare im Neuen Jahr](#)
2. [Abendveranstaltungen im Dezember](#)
3. [Seminare & Workshops im Dezember](#)
4. [Vorschau für Januar](#)

1. Kurse und Seminare im Neuen Jahr

Was gibt es Neues an Kursen:

Wir setzen wieder auf Vertrautes und Beständiges in unserem offenen Programm sowie in unserem Kursprogramm.

Ab **Montag den 9. Januar 2017** gilt der Neue Stundenplan. Alle **offenen Stunden** von Christiane und Manfred sind dann wieder verfügbar und die **Kurse beginnen** in dieser oder der darauf folgenden Woche (siehe Tabelle unten).

Doris Iding bekannt durch ihre vielen interessanten Bücher hält ab Mitte Januar am späten **Donnerstagabend** wieder einen Kurs zur **Stressbewältigung nach dem MBSR** (Mindfulness Based Stress Reduction) **Programm** von Jon Kabat-Zinn.

Hinweisen möchte wir bei dieser Gelegenheit auch auf das spannende Seminar von Ihr im Januar „**Verkörperter Schrecken“ Tauma & Yoga**. Ein Seminar das vieles in sich birgt.

Wie gewohnt gibt es: **Feldenkrais** mit Monika; **div. Yogakurse** mit Margherita; **Qi Gong** mit Cornelia; **Yoga für Kinder- und Jugendliche** mit Sabine und Simone.

Laetitia Hansert gibt am **Donnerstagvormittag** einen Kurs **Yoga Sanft**, sowie einen Kurs **Yoga zur Rückbildung für Mütter mit ihren Babys**. Des weiteren **After Work Yoga** und **Yoga in der Schwangerschaft**.

Die **Qi Gong Kurse** und die **ZEN-Meditation** mit Manfred Maier starten **ab dem 30.1.17**.

Der gesamte aktuelle [Stundenplan 2017](#) und sowie Informationen zu den Neuen [Kursen](#) stehen schon jetzt im [Internet](#) zur Verfügung.

Einen **Überblick** über **alle Kurse** schenkt Euch die Tabelle. Ein Klick auf die roten Links führt Euch direkt zu weiteren Informationen. Bitte denkt rechtzeitig an die [Anmeldung](#).

Titel	Dozent/in		Ab Datum	Uhrzeit		Preis
Feldenkrais	Monika Hailer	Mo	09.01.17	10.55 - 12.10	12 x	144,00 €
Qi Gong für Einsteiger	Manfred Maier	Mo	30.01.17	17.30 - 18.30	9 x	72,00 €
Qi Gong für Geübte	Manfred Maier	Mo	30.01.17	18.45 - 19.45	9 x	72,00 €
ZEN - Meditation	Manfred Maier	Mo	30.01.17	20.00 - 21.15	9 x	90,00 €
Qi Gong am Vormittag	Manfred Maier	Di	31.01.17	10.15 - 11.15	9 x	72,00 €
Yoga für Kinder 7-10 J.	Sabine Stümpfl	Di	17.01.17	16.00 - 17.00	6 x	54,00 €
Feldenkrais	Monika Hailer	Di	10.01.17	18.00 - 19.15	12 x	144,00 €
Qi Gong & Entspannung	Cornelia Schlandt	Di	10.01.17	19.30 - 20.45	10 x	120,00 €
Yoga am Nachmittag	Margherita Harrasser	Mi	18.01.17	16.30 - 17.45	10 x	110,00 €
Yoga f. d. weibl. Balance	Margherita Harrasser	Do	19.01.17	08.15 - 09.30	10 x	110,00 €
Qi Gong & Entspannung	Cornelia Schlandt	Do	12.01.17	10.15 - 11.30	10 x	120,00 €
Yoga sanft & regenerativ	Laetitia Hansert	Do	12.01.17	09.45 - 11.00	7 x	87,50 €
Yoga zur Rückbildung (mit Baby)	Laetitia Hansert	Do	12.01.17	11.15 - 12.30	7 x	87,50 €
Yoga für Teens 11-14 J.	Simone Niedenzu	Do	19.01.17	16.00 - 17.00	11 x	99,00 €
After Work Yoga	Laetitia Hansert	Do	12.01.17	17.15 - 18.15	7 x	70,00 €
Yoga für Schwangere Einstieg Jederzeit!	Laetitia Hansert	Do	12.01.17	18.20 - 19.30	7 x	87,50 €
Stressbewältigung mit MBSR 8 Abende und 1 ganzer Tag	Doris Iding	Do	19.01.17	19.45 - 21.45	8 x + 1 Tag	330,00 €
Yoga bei Ängsten	Doris Iding	Do	04.05.17	19.45 - 21.45	3 x	75,00 €
Yoga am Morgen	Margherita Harrasser	Fr	20.01.17	08.30 - 10.00	9 x	100,00 €
Yoga am Vormittag	Margherita Harrasser	Fr	20.01.17	09.45 - 11.00	9 x	95,00 €
Feldenkrais	Monika Hailer	Fr	20.01.17	10.15 - 11.30	10 x	120,00 €

Für weitere Fragen oder Anmeldungen:

Telefon: 08142 / 410 40 76
SMS: 0173 / 70 300 96
E-Mail: info@triveni-zentrum.de
Anmeldeformular: www.triveni-zentrum.de/anmeldung/

Alle Anmeldung für Kurse, Seminare oder Workshops, wenn möglich, bitte direkt bei den jeweiligen Dozent/innen, die Kontaktdaten findest du auf der [Homepage](#), oder du meldest dich im Zentrum an und wir leiten die Anmeldung weiter.

2. Abendveranstaltungen im Dezember

Freitag **02.12.16** von 19.30 – 21.00 Uhr | 15 € mit Anmeldung

Jin Shin Jyutsu „Für das hormonelle Gleichgewicht“ mit Martha Kellner

Anmeldung: www.jinshinjyutsu-leben.de | jetzt@jinshinjyutsu-leben.de | 08142 / 597538

Freitag **09.12.16** von 17.30 – 19.00 Uhr |

Yoga-Tiefenentspannung mit Anita Schlenner

Anmeldung: anita.schlenner@gmx.de | 08142 / 179801

Freitag **09.12.16** von 19.30 – 21.00 Uhr | 10 € ohne Anmeldung

Sakraler Tanz mit Gisela Schmid

Infos: godihj@t-online.de | 08142 / 506685

Freitag **23.12.15** von 19.00 – 22.00 Uhr | 30 € bitte rechtzeitig Anmelden

Weihnachtsritual mit Gisela Müller, Gisela Schmid & Manfred Maier

Anmeldung: www.triveni-zentrum.de | info@triveni-zentrum.de | 08142 / 410 40 76

3. Seminare und Workshops im Dezember

Wochenende **03.12. – 04.12.16** von Sa. 10.00 – 18.00 Uhr / So. 10.00 Uhr – 13.00 Uhr | 120 €

Taketina – Rhythmus anders erleben mit Monika Hailer-Roggenkamp

Anmeldung: www.taketina.com | info@feldenkrais-raindrop.de | 08142 / 54721

Wochenende **10.12. – 11.12.16** von 9.30 – 22.00 Uhr / So bis ca. 17.00 Uhr | 250 €

Familienaufstellungen mit Reinhold Pertler

Anmeldung: www.spirituelle-reisen.de | pertler@spirituelle-reisen.de | 089 / 15 95 668

Wochenende **10.12. – 11.12.16** von 10.00 – 17.00 Uhr

NLP mit Evi Anderson-Krug

Anmeldung: www.anderson-krug.de | evi@anderson-krug.de | 08142 / 466 10 33

Sonntag **17.12.16** von 9.30 – 18.30 Uhr | 75 €

Meditationstag „Befreites Leben“ mit Reinhold Pertler

Anmeldung: www.spirituelle-reisen.de | pertler@spirituelle-reisen.de | 089 / 15 95 668

4. Vorschau für Januar

Wochenende **07.01. – 08.01.17** von 9.00 – 19.00 Uhr |

Access Concioness Bar® Kurs mit Monika Vogel

Anmeldung: www.monika-vogel.de | info@monika-vogel.de | 0176 / 816 95 255

Sonntag **08.01.2017** von 10.00 – 17.00 Uhr | 70 € mit Anmeldung

Atemtechnik für Sänger mit Corinna Rösel

Anmeldung: www.erlebnis-singen.de | 089 / 834 99 91

Freitag **13.01.17** von 19.30 – 21.00 Uhr | 10 € ohne Anmeldung

Sakraler Tanz mit Gisela Schmid

Infos: godiuhj@t-online.de | 08142 / 5066685

Wochenende **14.01. – 15.01.17** von 9.30 – 22.00 Uhr / So bis 16.00 Uhr | 250 €

Befreites Leben im Neuen Jahr mit Reinhold Pertler

Anmeldung: www.spirituelle-reisen.de | pertler@spirituelle-reisen.de | 089 / 15 95 668

Freitag **20.01.17** von 19.30 – 21.00 Uhr | 16 € Anmeldung erwünscht

„Klangwelten“ meditatives Klangkonzert Robert H. & Nikos K.

Anmeldung: www.klangundmusik.de | info@klangundmusik.de | 089 / 38 59 49 65

Wochenende **21.01. – 22.01.17** von 10.00 – 16.30 Uhr | 220 € (Frühbucherrabatt 195 €)

Seminar Trauma & Yoga mit Doris Iding

Fragen: www.vomglueckderkleinendinge.blogspot.de | info@doris-iding.de | 0160 / 54 00 529

Anmeldung: www.triveni-zentrum.de

Wochenende **28.01. – 29.01.17** von Sa. 10.00 – 18.00 Uhr / So. 10.00 Uhr – 13.00 Uhr | 120 €

Taketina – Rhythmus anders erleben mit Monika Hailer-Roggenkamp

Anmeldung: www.taketina.com | info@feldenkrais-raindrop.de | 08142 / 54721

Freitag **27.01.17** von 19.30 – 21.00 Uhr | 10 € ohne Anmeldung

Chanten von Mantras und Gesängen aus aller Welt mit Gisela Müller

Infos: www.weiberlight.de | gi.mueller@hotmail.de | 08142 / 84 00

Freitag **27.01.17** von 17.30 – 19.00 Uhr |

Yoga-Tiefenentspannung mit Anita Schlenner

Anmeldung: anita.schlenner@gmx.de | 08142 / 179801

Sonntag **29.01.17** von 9.30 - 18.00 Uhr | 120 € / 35 €

Familien- und Systemaufstellungen mit T. Schmied-Gottfreund & Johanna Pitzer

Anmeldung: www.pitzerpotenziale.de | info@pitzerpotenziale.de | 08131 / 36 71 516

Wir freuen uns auf ein baldiges Wiedersehen.

Dein Triveni - Team

Impressum

Triveni GmbH Yoga - & Gesundheitszentrum
Breslauerstr. 15 | 82194 Gröbenzell | 08142 410 40 76
info@triveni-zentrum.de | www.triveni-zentrum.de

Wenn dir der Newsletter gefällt schicke ihn einfach an Freunde weiter.

Falls Du keine weiteren Informationen mehr erhalten möchtest, schicke bitte ein kleines Mail zurück. Danke