

Triveni Zentrum für Yoga und Gesundheit

NEWS 12. Woche 2021

für Manfred's Teilnehmer*innen

Links für die Stunde vom 25.3.21
Zeiten für die Online - Stunden mit Manfred bis über Ostern
Petition vom BDY

Hallo ihr Lieben,

Heute nur ein kurzes Schreiben mit dem Link für diese Woche und nochmals die Infos für die Osterzeiten.

Über die Osterferien werde ich die Online Stunden in der Kar Woche auf zwei Termine reduzieren und in der zweiten Woche werde ich Euch eine Aufzeichnung schicken. Oder ihr nützt eine der mittlerweile vielen Yoga Stunden und Entspannungen etc. auf der Homepage. Ich selbst würde gerne versuchen, über Ostern etwas in Rückzug und Einkehr zu gehen.

Also in der nächsten Woche der Karwoche **KW 13 von 29.03 bis 02.04** laufen **nur zwei Online Stunden**. Eine Stunde wird wieder aufgezeichnet und Du kannst die Aufzeichnung ab Donnerstag nutzen. Nur zur Erinnerung, du findest die Yoga Stunden und Entspannungen auch im Internet unter **Aktuelles auf der Triveni Homepage**.

Diese Woche habe ich eine Yoga Stunde einigen Flow's im Stand aufgezeichnet und eine Entspannung ist Separat mit dabei.

Die Aufgezeichnete Stunde

Entspannung Bodyscan recht und Links ca. 16 Min. vom 25.03.21 - Nur Audio

Passwort: **Stunde-kw12**

Stunde mit Manfred vom 25.03.21

Mit kleiner Meditation zum Schluss

Passwort: **Stunde-kw12**

Die Passwörter bitte nicht weitergeben! Dankeschön.

Punktekarteninhaber bitte eine kleine Nachricht schicken, dann streiche ich die Karte ab. Danke !

In der Karwoche vom 29.03.21 – 02.04.21

- Dienstag 30.03.21 von 18.00 Uhr bis 19.15 Uhr
- Mittwoch 31.03.21 von 08.30 Uhr bis 09.45 Uhr
- Donnerstag Entfällt (ich stelle die Stunde vom Mittwoch ins Internet)

Die zweite Ferienwoche vom 05.04.21 – 09.04.21

- Der Online Unterricht entfällt und ich schicke einen Link für eine aufgezeichnete Stunde an Alle, oder ihr nützt die Stunden auf der Homepage.

Es ist ganz unerheblich, wann Du sonst deine Stunde hast. Schau einfach was am besten für dich passt. Eine Stunde **wird immer aufgezeichnet** werden und Ihr habt dann die

Möglichkeit über einen Link diese Stunde zu machen.

Ansonsten bleibt alles wie gehabt:

Wir haben bei ZOOM eine feste Identifikation **Meeting ID** diese lautet: **490 8142 020**
Und wir haben ein festes Passwort dieses **Passwort** lautet: **yoga2008** (kleingeschrieben!)
Bitte beides nicht weitergeben es ist unser geschützter Yoga Bereich.

Hier folgt der Link, den du einfach anklicken kannst und dann wirst Du einfach weitergeleitet in unseren Raum. Hier wirst Du entweder zu Installation geleitet (falls noch nicht geschehen, bitte das beim ersten Mal rechtzeitig machen) oder manchmal in einen Warteraum und ich lasse Euch dann rein.

Manfred Maier lädt Sie zu einem geplanten Zoom-Meeting ein.
Thema: Yoga Stunden mit Manfred
Uhrzeit: Dies ist ein regelmäßig stattfindendes Meeting Jederzeit treffen
Zoom-Meeting beitreten
<https://us02web.zoom.us/j/4908142020>

Meeting-ID: **490 8142 020**
Passwort: **yoga2008**

Du kannst Zoom sowohl über das Zoom Programm (App) als auch über deinen Browser starten unter <https://zoom.us/>, dann **EINEM MEETING BEITRETEN** anklicken und die oben genannte Meeting ID und unser Passwort eingeben.

Ich werde bei den Online Stunden immer 10 Minuten vor dem eigentlichen Beginn das Meeting starten und euch reinlassen. Wer Lust hat, kann ja diese 10 Minuten vielleicht mit bekannten Gesichtern oder mit mir verbringen.

Hier nochmals Links für die kleine **Anleitung** zur Installation von ZOOM zum **Herunterladen**. Falls Du neu oder das erstmal dabei sein möchtest, kannst Du mich gerne auch immer schon mal vorher kontaktieren. Ich werde alles in meine Macht stehende tun, das jeder mitmachen kann, der oder die es möchte.

Verschiedene Online Stunden und Angebote

Triveni bietet eine **ganze Reihe von Online Kursen** und Stunden zu verschiedenen Tagen und Zeiten an, **die Du auch sehr gerne nutzen kannst.**

Ich habe auf der **Homepage eine eigene Seite für die Online Stunden** eingerichtet. Dort kannst Du dich informieren, was alles läuft. Es gibt manchmal auch Spezial Stunden.

Weiterhin stehen Dir natürlich auch all die aufgezeichneten Stunden auf der Homepage unter **Aktuelles** zur Verfügung.

Wichtig und aktuell eine Petition vom BDY (Bund Deutscher Yogalehrer) und der offene Brief von Ralf Rossnagel. Bitte wenn möglich beide unterschreiben!

Der **Berufsverband BDY** hat nun endlich selbst eine eigene Petition an den Start gebracht. Der BDY ist das eigentliche Sprachrohr zur Politik in Deutschland, was die Interessen des Yoga betrifft. Es wäre sehr gut ihn dabei mit deiner Unterschrift zu unterstützen.

Hier geht's zur Petition

Weiterhin läuft die wirklich gute Aktion von Ralf Rossnagel aus Stuttgart. Ich finde seine Idee mit einem **offenen Brief** wirklich sinnvoll und hoffentlich hilfreich. Bitte lest es Euch durch und unterschreibt wenn es für Euch stimmig ist. Ralf hat viele Dinge zusammengetragen, die es als Yogi*ni wert sind unterstützt zu werden.

Link zur Seite: <https://wirsindyoga.de/> Vielen Dank im Sinne aller Yogi's.

Dankbarkeit

Ich bin wirklich sehr froh und dankbar dafür, dass ihr mir und das heißt natürlich Triveni Alle miteinander Eure weitere Unterstützung schenkt. Ganz herzlichen Dank an Euch Alle, dass ich die Mitgliedsbeiträge wieder einziehen darf. **„Vergelts´ s Gott“**

Jetzt **wünsche** ich Dir noch ein schönes Wochenende und eine gute Karwoche. Ich hoffe, dass wir uns vielleicht nächste Woche, wann immer du am besten Zeit findest, bei einer gemeinsamen Yogastunde wiedersehen.

Heute gibt's einen Spruch von mir.

**„Bei mir ist jeden Tag Ostern,
ich suche immer irgendwas -
und sei es nur ein klarer Gedanke
oder ein freundliches Gefühl.**

Ich bin auf den verschiedenen bekannten Möglichkeiten, E-Mail / WhatsApp / Telegram / Signal / Telefon / Mobil, immer für Eure Fragen, Wünsche oder Ideen **ansprechbar**.

Viel Freude beim Üben

„Namaste“ Manfred

lokāḥ samastāḥ sukhino bhavantu

लोकाः समस्ताः सुखिनो भवन्तु

„Mögen alle Wesen Glückliche sein und Frei von Leiden“.

Impressum & Bankverbindung

Triveni GmbH Yoga - & Gesundheitszentrum

Breslauerstr. 15 | 82194 Gröbenzell | 08142 410 40 76

info@triveni-zentrum.de | www.triveni-zentrum.de

Bankverbindung: Triveni GmbH • HypoVereinsbank

IBAN: DE56700202700652133819 • Swift/BIC Code: HYVEDEMMXXX