

Triveni Zentrum für Yoga und Gesundheit

NEWS 17. Woche 2021

für Manfred's Teilnehmer*innen

Links für die aufgezeichnete Stunde der Woche
Zeiten für die Online - Stunden mit Manfred
für die Woche vom 03.05. – 07.05.21

Hallo ihr Lieben,

Heute am 30. April feiert man die **Walpurgis Nacht**, die auch einen Übergang zu den vielen verschieden **Festen und Bräuchen im Wonnemonat Mai** darstellt.

Karl der Große nutzte schon den Namen „Wonnemonat“, der aus dem althochdeutschen wunnimanot“ = Weidemonat stammt, um darauf hinzuweisen, dass man in diesem Monat das Vieh wieder auf die Weide treiben konnte.

Mit „Wonne“ im unserem heutigen Begriffsverständnis hat der alte Monatsname also eigentlich nichts zu tun. Nichtsdestotrotz wünsche ich uns allen viel „Wonne im Herzen“ und wünsche dir heute, das du mit der aufgezeichneten Yoga Stunde dieser Woche, die sich ja zum Teil mit Balancen beschäftigt, einen kleinen Tanz in den Mai begehen kannst.

Uns bleibt weiterhin erstmal nur der Online Unterricht. Und so schicke ich dir heute wieder die Zeiten für die **nächste Woche** und den **Link für die aufgezeichnete Stunde** dieser Woche und freue mich, wenn Du für dich Zeit findest, etwas für dich selbst zu tun, um die innere Einkehr, Ruhe und Mitte die sich daraus vielleicht ergibt, zu erleben.

Ich habe die Entspannung wieder separat aufgezeichnet falls du mal nur kurz Zeit hast oder einfach nur Lust zu entspannen.

Die Aufgezeichnete Stunde

Kurze Entspannung ca. 11 Min. vom 27.04.21 - Nur Audio

Passwort: **kann angefordert werden**

Yoga Stunde mit Manfred vom 27.04.21

Passwort: **kann angefordert werden**

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

Stunden in der Woche vom 26.04.21 – 30.04.21

- Dienstag 04.05.21 von 18.00 Uhr bis 19.15 Uhr
- Mittwoch 05.05.21 von 08.30 Uhr bis 09.45 Uhr
- Donnerstag 06.05.21 von 19.45 Uhr bis 21.00 Uhr

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 erstem 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.

Dankbarkeit

Einen ganz herzlichen **Dank** an Dich, das Du Triveni weiterhin so treu deine Unterstützung schenkst. Hierfür nochmals **„Danke in vielen Sprachen“**

Und bedenke immer:

**„Der Weg ist das Ziel,
nur manchmal ist das Ziel im Weg“**

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 Glücklich 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