

Ich melde mich für folgende Veranstaltung verbindlich an:

Kurs Nr. .... vom ..... bis .....  
Kurzbezeichnung der Veranstaltung .....  
Vor- und Zuname .....  
Straßenhausnummer ..... PLZ/Ort .....  
Telefon ..... E-Mail .....  
Geburtsdatum .....

Ich wünsche eine Übernachtung  im Einzelzimmer mit WC/Dusche (Aufpreis 4 Euro/Nacht)

- Ich benötige keine Übernachtung
- Ich beantrage eine Ermäßigung der Kursgebühr (Nachweis liegt bei)

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Geschäftsbedingungen an.

Datum ..... Unterschrift .....



Dem Leben  
Richtung geben

Hengersberger Straße 10  
D - 94557 Niederalteich  
Telefax 09901 935219

### Einzugsermächtigung

Für die nebenstehende Veranstaltung erteile ich hiermit eine einmalige Einzugsermächtigung von meinem

IBAN .....  
.....  
BIC .....  
Geldinstitut .....  
Ort .....  
Kontoinhaber/-in .....  
Datum/Unterschrift .....

# Anmeldung

### Anmelde- und Geschäftsbedingungen

Die Anmeldung erfolgt schriftlich, telefonisch oder per Internet. Die Kursgebühr wird nach Beginn der Veranstaltung von Ihrem Konto abgebucht, darum bei der Anmeldung bitte stets die Bankverbindung angeben. Sie erhalten ca. 2 Wochen vor Kursbeginn eine schriftliche Anmeldebestätigung.

Eine Absage ist bis 4 Wochen vorher kostenfrei möglich. Danach berechnen wir laut unseren Geschäftsbedingungen 10 Euro, ab 2 Wochen 25% und ab 1 Woche 50% der Kursgebühr. Bei Absage am Tag des Seminars 100%.



**Sie erreichen uns mit dem Auto** über die Autobahn A3, Ausfahrt Hengersberg (Nr. 111).

**Sie erreichen uns mit dem Zug** über den Bahnknotenpunkt Plattling (mit ICE-/IC-Anschluss) oder Deggendorf und jeweils weiter mit dem Bus. Informieren Sie sich bitte vor der Anreise.

#### RUF BUS Deggendorf HBF – Niederalteich:

Der Bus fährt zu festen Zeiten Haltestellen der normalen Buslinien an. Telefonische Anmeldung unter Telefon 0991 28093095 ist jeden Tag von 6:30 Uhr bis 21 Uhr möglich. Bitte frühzeitig anrufen (mindestens eine Stunde vorher, ist auch ein paar Tage vorab möglich). Die Fahrt kann auch online über [www.wohin-du-willst.de](http://www.wohin-du-willst.de) angemeldet werden.

#### Katholische Landvolkshochschule und Bildungshaus Niederalteich e.V.

Hengersberger Straße 10, D-94557 Niederalteich  
Telefon 0049 (0)9901 9352-0  
Telefax 0049 (0)9901 9352-19  
[anmeldung@lvhs-niederalteich.de](mailto:anmeldung@lvhs-niederalteich.de)  
[www.lvhs-niederalteich.de](http://www.lvhs-niederalteich.de)



2022

# Fest verwurzelt in der Erde- offen für die Schätze des Himmels

## Yoga und Natur erleben



8. bis 10. Juli 2022

## Liebe Freundinnen und Freunde der Natur,

Die Verbindung von Himmel und Erde in unserer Mitte zu spüren, gibt uns Kraft für die wechselhaften Anforderungen des Alltags. Das Unterwegs sein in der Natur bringt auf wunderbare Weise unseren Geist zur Ruhe. Die Begegnung mit den Elementen, mit Bäumen, Sternen, Steinen und dem Fluss wird uns an diesen Tagen besonders unterstützen und begleiten. Sie wirken als Symbole der Kraft und stille Lehrmeister. Insbesondere erleben wir die Donau mit ihren wundervollen Auen bei Niederalteich als Symbol für den Fluss des Lebens.

Die Kombination von Yoga, Bewegung im Freien, Meditation, Naturerlebnis und Selbsterfahrung erreicht in besonderer Weise alle Ebenen des menschlichen Seins und ermöglicht neue Sichtweisen - auf die Natur, aber auch auf uns selbst.

Herzliche Einladung!

## Programm:

- Yoga, Körper- und Atemwahrnehmung
- Übungen der Naturbegegnung
- Naturbaden
- stille und meditative Elemente
- Wissenswertes über die heilsame Kraft von Pflanzen und Kräutern
- gehen, atmen, singen, tönen...



## Organisatorisches:

**Beginn:** Freitag, 8. Juli 2022  
um 17 Uhr

**Ende:** Sonntag, 10. Juli um 13 Uhr  
nach dem  
Mittagessen

**Kosten:** 235 Euro inklusive  
Verpflegung und  
Übernachtung im  
Doppelzimmer mit Dusche

**Anmeldung:** bis 28. Juni 2022

**Referentin:** Silke Jäschke,  
Yogalehrerin, Dipl. Biologin

### Bitte bringen Sie mit:

- Gutes Schuhwerk und Kleidung für jedes Wetter.
- Rucksack mit Trinkflasche.
- Barfußschuhe, Isomatte oder Picknickdecke falls vorhanden.