

QUEER YOGA WEEKEND

04.10. – 06.10.2019

LGBTQ+
Spiritualität
Humanologie
Kundalini Yoga

Freitag 04.10. 16.00 Uhr – Sonntag 06.10.2019 16.00 Uhr

Ort:
„Die Halle“, Höhenstraße 20,
60385 Frankfurt am Main
U-Bahn U4 Höhenstraße

Informationen und Anmeldung:
Volker Fatehnam Singh Bitzer
E-Mail: fatehnam Singh@icloud.com
Mobil: +49-179-4986509
www.yoga-sarbat.de

Preis:
120 € + Unterkunft und
Verpflegung (Studenten,
Arbeitslose, Geringverdiener,
Rentner: 60 €)

QUEER YOGA WEEK- END

in Frankfurt am Main

Wir alle gehen unseren eigenen spirituellen Pfad und doch verbindet uns neben den Lehren von Yogi Bhajan und Kundalini Yoga noch viel mehr.

Wir stellen uns Fragen wie wir unser Leben authentisch führen können, machen uns Gedanken über die Polarität der Geschlechter und welche Beitrag wir einbringen können, um die Dualität zu überwinden.

Seit der Geschichtsschreibung ist Queerness Teil der menschlichen Natur, aber sozialer Druck und religiöser Aberglauben haben das Konzept von weiblicher und männlicher Energie stigmatisiert. Infolgedessen gibt es wenige oder gar keine traditionellen Schriften, die modernen LGBTQ+ Menschen Orientierung bieten.

Um genau diesen Themen nachzuspüren möchten wir euch zu einem Wochenende in Frankfurt am Main einladen. Zusammen erforschen wir die Aspekte zeitgenössischer, queerer Identität im spirituellen Kontext und bieten einen Raum für Dharma-Gespräche, Diskussionen, Reflexion, Yoga und Gemeinschaft.

Wir freuen uns über den gemeinsamen Austausch und ein schönes Wochenende mit viel Yoga und Herzensbegegnungen.

Fatehnam Singh & Christina Stambula



Ort/Zeit/Anmeldung

Beginn: 04.10.2019, 16.00 Uhr

Ende: 06.10.2019, 16.00 Uhr

Ort: „Die Halle“, Höhenstraße 20, 60385 Frankfurt am Main

Lehrer: Fatehnam Singh unter Mitwirkung von Christina Stambula

Preise: 120 € / 60 € für Studenten, Arbeitslose, Geringverdiener, Rentner (ohne Übernachtung und Verpflegung)

Bei Interesse stehen 10 Übernachtungsmöglichkeiten in einem Gemeinschaftssaal direkt am Veranstaltungsort für 25 € pro Person und pro Nacht, also 50 € Euro für das gesamte Wochenende, zur Verfügung. Dünne Matratzen und zwei Duscmöglichkeiten sind vorhanden, alles andere sollte mitgebracht werden. Bei der Suche nach Hotels oder einer privaten Unterkunft sind wir gerne behilflich.

Verpflegung ist in der nahegelegenen Bergerstraße und im angrenzenden Nordend, bzw. Bornheim, mit einem vielfältigen Angebot, auch an vegetarischem und veganem Essen, möglich.

Anmeldung: Per Mail an fatehnam Singh@icloud.com oder telefonisch unter 0179 – 49 86 509

Für lesbische, schwule, bisexuelle, transsexuelle, transgender, intersexuelle und asexuelle Menschen, die neu ins Yoga einsteigen wollen oder schon Yoga erfahren sind. Für alle Yoga Levels gleichermaßen geeignet.

Vorläufiger Zeitplan

Freitag 04.10.2019

16.00 – 19.00 h Ankommen, Vorstellung, Meditation
19.00 – 21.00 h eventuell gemeinsames Abendessen

Samstag 05.10.2019

05.30 – 08.00 h Sadhana
08.00 – 10.00 h Frühstück
10.00 – 13.00 h Workshop
13.00 – 15.00 h Mittagessen
15.00 – 18.00 h Workshop
18.00 – 20.00 h eventuell gemeinsames
Abendessen
20.00 – 21.00 h Gongbad

Sonntag 06.10.2019

05.30 – 08.00 h Sadhana
08.00 – 10.00 h Frühstück
10.00 – 12.30 h Breathwalk im Günthersburgpark
(bei Regen Alternativprogramm)
12.30 – 14.00 h Mittagessen
14.00 – 16.00 h Heart Circle und Meditation