



Schweizer Yogaverband

Yoga und mentale Kompetenz

Kongress aus Anlass des dreissigjährigen
Bestehens der Yoga University Villeret

28.–29. September 2024 in Solothurn



www.swissyoga.ch



Wenn die Materie mächtig ist,
so ist der Geist allmächtig

Swami Vivekananda

Yoga und mentale Kompetenz

Im Jahr 1994 wurde die Yoga University Villeret gegründet mit dem Hauptziel, mehrjährige umfassende Ausbildungsgänge für YogalehrerInnen zu schaffen, in welchen neben den allgemeinen Fächern besonders auch die Exploration des Tiefenbewusstseins des Menschen einen bedeutenden Wert haben sollte. Heute, 30 Jahre später, haben über 600 Personen den inzwischen vierjährigen Lehrgang mit insgesamt 1'200 Ausbildungsstunden absolviert und viele weitere Angebote, wie die Therapielehrgänge, sowie öffentliche Weiterbildungsseminare und Retreats sind dazugekommen.

Von Anbeginn wurde in Villeret Yoga als eine interiorisierte, achtsam-meditative Übungsweise aufgefasst und nach wie vor spielt die Fähigkeit zur Regulation des eigenen Bewusstseins in der Yogapraxis eine wichtige Rolle, was im Kern auf die Entwicklung und Anwendung mentaler Kompetenzen hinausläuft.

Für den Kongress wurden Persönlichkeiten eingeladen, die seit vielen Jahren an der Yoga University Villeret wirken und/oder mit ihr freundschaftlich verbunden sind. Das reichhaltige Programm soll sowohl Yogalehrenden als auch weiteren interessierten Personen Gelegenheit geben, in etwas grösserer Zahl zusammenzutreffen, um zu interessantem Hintergrundwissen und vielseitigen Anregungen zu kommen.

Programm Samstag, 28. September 2024

ab 09:00 **Ankunft der Gäste, Registrierung**

10:00 Kongresseröffnung

10:15 - 11:30 Der Umgang mit dem Geist im Yoga (Aviva Keller)

Das letztendliche Ziel von Yoga ist die innere Befreiung des Menschen aus der Befangenheit in sich selbst. Die grossen Wege, die zu diesem Ziel hinführen wollen, arbeiten alle mehr oder weniger explizit mit dem menschlichen Geist. Angestrebt wird eine Transformation ausgehend vom Alltagszustand mit den gewohnten weitgehend spontanen Aktivitäten hin zu höheren Ebenen des Bewusstseins. Die Transformation in Yoga ist, obwohl auch spontane Elemente hineinwirken, weitgehend ein Schulungs- und Übungsweg, in welchem der Einsatz der mentalen Fähigkeiten des Menschen eine zentrale Rolle spielt.

11:45 - 13:00 Die Elemente in den literarischen, religiösen und medizinischen Traditionen Indiens (Maya Burger)

Die Beschäftigung mit den fünf Elementen bildet einen vielseitigen Zugang zur Kultur Indiens. Sie sind seit der ältesten Zeit und bis heute wichtig und erlauben, unterschiedliche Aspekte der indischen Traditionen herauszuarbeiten. Sie dienen in vielen Zusammenhängen und Wissensbereichen zur Entdeckung, Darstellung und Erklärung des Lebens und seiner Prozesse. Indem wir diesen Darlegungen folgen, öffnet sich uns die Welt der Ideen, der Symbolik und der wissenschaftlichen Ziele, die anhand ausgewählter Beispiele aus den literarischen, religiösen und medizinischen Traditionen dargestellt werden.

13:00 - 14:30 Pause/Mittagessen

14:30 - 14:45 Musikalischer Einstieg in den Nachmittag mit Gemma Wagner

In drei Blöcken präsentiert die Musikerin und Sängerin Gemma Wagner Lieder – teilweise als Kirtan zum Mitsingen – aus verschiedenen Traditionen, die sie mit Harmonium, Tampura und Gitarre begleitet.

14:45 - 15:05 Roland Haag im Gespräch mit Reto Zbinden

Roland Haag spricht über die frühen Jahre seines Präsidiums u.a. über die Aufnahme des Schweizer Yogaverbandes in die Europäische Yoga Union, die Kongresse von Zinal, die Mitwirkung in der OdA-KT (Yogatherapie) und den Kongress des Schweizer Yogaverbandes des Jahres 2014.

15:05 - 15:20 Musikalisches Zwischenspiel Gemma Wagner

In drei Blöcken präsentiert die Musikerin und Sängerin Gemma Wagner Lieder – teilweise als Kirtan zum Mitsingen – aus verschiedenen Traditionen, die sie mit Harmonium, Tampura und Gitarre begleitet.

15:20 - 15:40 Roland Haag im Gespräch mit Daniela Küng

Roland Haag spricht über die späteren Jahre seines Präsidiums u.a. über den SYV-Kongress des Jahres 2017, die Schaffung der Therapeutenliste und der Qualitätslabels, die Aktivitäten während der Pandemie und die Zusammenarbeit mit QualiCert.

15:40 - 15:55 Musikalischer Ausklang

In drei Blöcken präsentiert die Musikerin und Sängerin Gemma Wagner Lieder – teilweise als Kirtan zum Mitsingen – aus verschiedenen Traditionen, die sie mit Harmonium, Tampura und Gitarre begleitet.

15:55 - 16:15 Pause

16:15 - 18:15 Yogapraxis in zwei Sälen mit Daniela Küng und Sandra Enz

Daniela Küng: „Begegnung mit dir selbst“ (Unterrichtssprache Schweizerdeutsch)

Sandra Enz: Yoga in der Tradition von Swami Sivananda angereichert mit modernen Elementen

18:15 - 20:00 Pause/Abendessen

20:00 - 21:00 Der geistig-seelische Anteil an der Yogapraxis nach Selvarajan Yesudian inkl. Filmvorführung (Reto Zbinden)

Im Jahr 1948 eröffnete Selvarajan Yesudian die erste Yogaschule der Schweiz, die über fünf Jahrzehnte hinweg bestand, Tausende von KursteilnehmerInnen inspirierte und damit das Verständnis von Yoga in unserem Land bis in die neunziger Jahre hinein entscheidend prägte. Selvarajan Yesudian legte in seinen Lektionen ein Schwergewicht auf die geistig-seelische Stärkung des Menschen, wozu er einen Yogastil bestehend aus einer ausgewogenen Kombination von mentaler Arbeit mit einer harmonischen Körperpraxis geschaffen hatte. Der Kongressbeitrag arbeitet die entscheidenden Elemente dieser Übungsform heraus, wie sie auch heute noch in eine tief wirkende Yogapraxis integriert werden können. Im Rahmen dieses Beitrags wird erstmal seit 25 Jahren in unserem Kreis das seltene Filmdokument „Yoga im Wald“ von Selvarajan Yesudian aus den 1940er Jahren aufgeführt.

21:15 - 21:50 Yoga Nidra zum Tagesausklang (Claudia Eva Reinig)

Bei dieser Yoga Nidra Reise werden wir an einen intuitiven Ort geführt, wo wir unserem Krafttier begegnen dürfen. Ein Krafttier ist ein Wegbegleiter, der dich im Inneren begleitet und dir ganz besonders in anspruchsvollen Zeiten oder Situationen beisteht. Das Begleittier gibt dir Schutz und leitet dich auf deinem Weg. Manchmal beantwortet es auch Fragen, die du stellst. Lebe mit den Kräften der Erde und der Natur und lausche ihren Botschaften. Mit dieser Yoga Nidra Tiefenentspannung kannst du dich energetisch laden, erneuern und regenerieren.

Programm Sonntag, 29. September 2024

07:00 - 09:00 **Yogapraxis in zwei Sälen mit Martina Bley und Babacar Khane**

Martina Bley: „Tanzen mit dem Atem – eine achtsame Praxis des Pranayama“: Durch das Erleben und bewusste Geschehen-Lassen des Atemstroms und seine achtsame Lenkung finden wir Zugang zu einem inneren Frieden, der unberührt bleibt von den Schwankungen des Lebens. Pranayama kann uns zu jener Quelle führen, aus der alle Weisheit fließt. Im Aufgeben des „Tuns“ ein Tanz mit dem Unsichtbaren, ein Lied für das Unhörbare - das Gewahrsein sein.

Babacar Khane: Einführung in das Pharaonische Yoga, das heisst in ein methodisches Praktizieren, das auf einer umfassenden Kenntnis des Baums der Wirbelsäule und der verschiedenen Segmente des Bewegungsapparates basiert, um dadurch in die Lage zu kommen, die bei den meisten Menschen zu beobachtenden schädlichen Haltungsmuster durch anatomisch günstige Haltungen zu ersetzen. In dieser Hinsicht sind die Rigorosität und die Genauigkeit des ägyptischen Yoga von unvergleichlicher Wirksamkeit. Diese Praxis wirkt zugleich auf den physischen, auf den energetischen und auf den mentalen Körper. Daneben bietet sie einen Zugang zu spiritueller Verwirklichung.

09:00 - 10:30 **Frühstückspause und Hotel auschecken**

10:30 - 11:45 **Das Pharaonische Yoga: Würde, Anmut und Kraft als Abbild des geistigen Seins (Babacar Khane)**

Babacar Khane hat sich intensiv mit dem Zeitalter der Pharaonen des antiken Ägyptens beschäftigt und anhand von Bildern, Statuen und Aufzeichnungen die Grundzüge des „altägyptischen Yoga“ freigelegt. Bei diesem handelt es sich nicht nur um eine Disziplin des spirituellen Erwachens, sondern auch um eine Körpertechnik, aus der der heutige Mensch die grössten Wohltaten ziehen kann. Die Bilder und Statuen der Pharaonen des antiken Ägyptens zeigen uns in ihrer Würde, Anmut und Kraft in vollem Mass, was die Vertikalität des Menschen tatsächlich bedeutet. Eine feste Haltung ermöglicht den freien Fluss der Energieströme und begünstigt mentale Wachheit. In einfachen und grundlegenden menschlichen Haltungen entfalten die Steingiganten aus dem Karnak Tempel eine intensive Präsenz, die unmittelbar berührt. Ihr verklärtes, vom inneren Licht beleuchtetes Gesicht drückt das Bewusstsein des Selbst vollkommen aus und wir erkennen darin die ewige Weisheit: „Sein heisst vor allem: präsent sein.“

12:00 - 13:45 Sonnen- und Schattenseiten der Wissenschaft und Religion in Verbindung zur Gesundheit (George Theruvel)

In diesem Vortrag wird gezielt auf die Entwicklungen eingegangen, zu denen es im letzten Jahrhundert im medizinischen Bereich gekommen ist. Wie weit können wir diese eins zu eins übernehmen und wo sollten wir vielleicht doch etwas vorsichtiger sein? Die gleiche Frage werden wir uns sodann in Bezug auf die Religion stellen. Auch über die Wichtigkeit unseres Immunsystems wird gesprochen und insbesondere die Notwendigkeit der Eigenverantwortung für dessen Zustand. Dabei basieren alle Ausführungen auf den vedischen/yogischen Schriften. Das Ziel des Vortrags besteht darin, uns darauf aufmerksam zu machen, inwieweit wir Wissenschaft und Religion und deren propagierten Informationen vertrauen dürfen.

14:00 - 15:15 Pranayama als Tor zur Transzendenz (Martina Bley)

Yoga lehrt uns als Essenz das Erleben einer Stille, die uns das Mysterium des Seins enthüllen kann. Pranayama ist eine der wirksamsten Methoden, in diesen meditativen Zustand einzutreten. Wenn die Atmung still wird und mit ihr auch der Geist zur Ruhe kommt, lassen wir die äussere Welt hinter uns. Die Grenzen des Körpers verschwimmen, Zeit verliert ihre Bedeutung und der Raum dehnt sich aus. Wir können das Tor zum Heiligtum unseres inneren Wesens durchschreiten und das Flüstern der Unendlichkeit erahnen. In diesem Vortrag möchten wir die Lehren der traditionellen Schriften reflektieren und betrachten, was die moderne Wissenschaft über Pranayama weiss.

15:15 - 15:30 Abschluss, Übergabe der Atteste

Referenten



Aviva Keller

Dr. Aviva Keller praktiziert seit über vier Jahrzehnten Yoga. Als Schülerin des verstorbenen Swami Chinmayananda konnte sie sich in seinem indischen Ashram dem spirituellen Studium und einer monastischen Praxis widmen. Aviva Keller ist Autorin der Dissertation „The Psychology of Yoga, the Yoga of Psychology“. Heute arbeitet sie als Psychotherapeutin und Yogalehrerin in Zürich. Daneben wirkt sie als Ausbildungsreferentin in Villeret und regelmässige Autorin des Yoga Journals. Ein ausführliches Interview mit Aviva Keller ist unter dem Titel „Das moderne Leben mit alten Weisheitslehren verbinden“ im Schweizer Yoga Journal erschienen (Yoga Journal Textbuch Kapitel 5-1). Weitere Beiträge waren: „Die kosmische Vision von Arjuna in der Bhagavad Gita“, „Liebe, Lust und Abhängigkeit in der Bhagavad Gita“ und „Lebenskreis“ (Yoga Journal Textbuch Kapitel 2-27, 5-3 und 5-4)



Martine Bley

Dr. Martina Bley ist Verhaltenswissenschaftlerin, Heilpraktikerin (Psychotherapie), Gestalttherapeutin und Yogalehrerin (BDY/EYU). Sie hat an der Charité Universitätsmedizin Berlin im Bereich Yogaforschung gearbeitet, ist langjährige Dozentin für Medizin und Bewusstseinsforschung in Yogalehrer-Ausbildungen und leitet heute ein Retreatzentrum bei Berlin. Martina Bley ist seit mehr als 25 Jahren Schülerin und Assistentin des spirituellen Lehrers Dr. Shrikrishna Bhushan Tengshe aus Mumbai. An der Yoga University Villeret wirkt sie für die Fächer „Bewusstsein“ und „Neurologie“ sowie medizinische und therapeutische Themen seit dem Gründungsjahr 1994. Ein ausführliches Interview mit Martina Bley ist unter dem Titel „Yoga in der Wissenschaft reflektieren“ im Schweizer Yoga Journal erschienen (Yoga Journal Textbuch Kapitel 5-7).



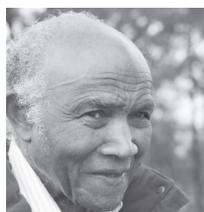
George Theruvel

George Theruvel, geboren und aufgewachsen in Kerala (Indien), studierte bei verschiedenen Lehrern indische Philosophie, Yoga und Ayurveda. Heute lebt er als niedergelassener Ayurvedatherapeut in der Schweiz und führt parallel die beiden Therapie- und Kurzentren Vedasudha und Yogasudha in Kerala. Dort werden sowohl ambulante als auch stationäre Behandlungen angeboten. Dabei sollen die Behandlungen nicht nur den Körper heilen, sondern auch Stress abbauen, die Emotionen mindern und durch einen Ausgleich von Körper, Geist und Seele helfen, eine freudigere und gesündere Lebensweise zu erlangen. Yoga ist dabei ein integraler Bestandteil der Massnahmen. Während mehr als zehn Jahren wirkte George Theruvel als Referent an der Yoga University Villeret. Dabei war ihm besonders die Authentizität der Wissensvermittlung und die Ernsthaftigkeit im Umgang mit diesem Wissen von Seiten der Teilnehmenden ein Anliegen. www.vedasudha.ch



Maya Burger

Maya Burger ist Honorarprofessorin der Universität Lausanne. Sie studierte in der Schweiz, in Indien und in den USA, Anthropologie, Indologie und Religionsgeschichte. Ihre Spezialgebiete sind u.a. die Geschichte des Yoga sowie die Beziehungen zwischen Indien und Europa. Ein ausführliches Interview mit Maya Burger ist unter dem Titel „Yoga in Geschichte und Gegenwart“ im Schweizer Yoga Journal erschienen (Yoga Journal Textbuch Kapitel 2-12). 2023 hat Maya Burger im Sammelband „Interweaving Histories – Itineraries between Switzerland and India“ den Beitrag „Selvarajan Yesudian’s Contribution to Yoga“ veröffentlicht.



Yogi Babacar Khane

Babacar Khane (Schweiz/Senegal) versteht sich als Schüler von Paramhansa Yogananda und gründete 1960 das „Institut International de Yoga“ in Dakar. Seitdem leitet er Seminare in Europa, Afrika und Nordamerika. Er arbeitet regelmässig mit renommierten Rheumatologen und Psychiatern zusammen, um die therapeutischen und präventiven Anwendungen des Yoga weiterzuentwickeln. Nicht nur sein sehr pragmatischer Ansatz, sondern auch seine umfassende Kenntnis der verschiedenen spirituellen Traditionen, sein Humor und seine Lebensfreude machen ihn zu einem begehrten Referenten. Babacar Khane ist Autor mehrerer Bücher (u.a. „Le Yoga des Pharaons“, „Le Yoga de la Verticalité“, „Prières et Poèmes pour vivre et pour danser“ und „Pharaonisches Yoga“). Ein ausführlicher Artikel von Babacar Khane ist unter dem Titel „Die pharaonischen Haltungen – Einfachheit und Perfektion“ im Schweizer Yoga Journal erschienen (Yoga Journal Textbuch Kapitel 7-26). www.iij-yogikhane.ch



Gemma Wagner

Gemma Wagner, war bereits in jungen Jahren fasziniert von der menschlichen Stimme und begann, nach einigen Jahren Tanzstudium, am Konservatorium in Frankfurt und am Lichtenberger Institut Gesang zu studieren. Dort war sie für fünf Jahre als Schülerin und gleichzeitig Mitarbeiterin tätig. Doch viele Fragen zum Geheimnis der Stimme und des Klangs blieben weiterhin offen. Zahlreiche Reisen und das Lauschen auf die Stimmen anderer Völker liessen sie eine eigene Schulung zur Entfaltung der Stimme entwickeln. In Indien, ihrem Mutterland, fand sie dann den Meister, der ihr so manche Tür zur Essenz der Stimme öffnete. Als Musik- und Stimmtherapeutin arbeitet sie heute im Schwarzwald (D) in einer Einrichtung für Kinder und Jugendliche und gibt Seminare zur Entfaltung der Stimme und zu Nada Yoga. Zwei Artikel von Gemma Wagner „Die schöpferische Stimme auf dem Weg der Bewusstwerdung“ und „Die Heilkraft der Stimme und die Macht der Töne“ sind im Schweizer Yoga Journal erschienen (Yoga Journal Textbuch Kapitel 7-29 und 7-5). www.gemma-wagner.de

Referenten



Reto Zbinden

Reto Zbinden ist vor rund 40 Jahren zum Yoga gekommen. Ausgedehnte Reisen in Asien, Amerika und Europa haben ihn mit verschiedenen Yogaströmungen und authentischen Meistern in Kontakt gebracht. Ab dem Jahr 1989 begann er in der Stadt Bern Yoga zu unterrichten und im Jahr 1994 gründete er die Yoga University Villeret, wo er seither sämtliche Ausbildungsklassen als Hauptkursleiter begleitet. Reto Zbinden ist Herausgeber des Schweizer Yoga Journals und Autor zahlreicher Artikel zu Yoga und verwandten Themen. Sein Weg wurde geprägt durch persönliche Unterweisung von Selvarajan Yesudian und Sri Satchitananda Yogi, dem Schweigenden Yogi von Madras. Weiterhin von der Auseinandersetzung mit den Schriften von Theos Bernard sowie der tharavadabuddhistischen Meditation, die er u.a. in Klöstern Burmas vertiefte. www.yoga-university.ch



Roland Haag

Roland Haag hat nach absolvierter Banklehre Betriebsökonomie studiert und danach viele Jahre als international tätiger Banker in Europa, USA, Asien und Australien gearbeitet. Den tiefgreifenden Entschluss, sein Leben zu reformieren und seinen anspruchsvollen Beruf als Banker aufzugeben, fasste er mit 45 Jahren während eines 10-tägigen Vipassana Meditationsretreats in Belgien. Im Anschluss absolvierte er die Yogalehrerausbildung an der Yoga University in Villeret. Von 2008 bis Ende April 2024 war er Präsident des Schweizer Yogaverbandes und von 2014 bis 2020 Vorstandsmitglied der Europäischen Yogaunion. In dieser Zeit war er Mitorganisator des traditionsreichen Yogakongresses in Zinal. Zusammen mit seiner Frau Anita leitet er seit rund 20 Jahren das Yoga & Ayurveda Center in Amriswil. www.feelyoga.ch



Claudia Eva Reinig

Claudia Eva Reinig ist Impulsgeberin im Yoga und langjährige Yoga-Pionierin. Sie begann vor mehr als 30 Jahren mit Meditation und Yoga. In dieser Zeit hat sie die Yogaszene im Bereich von Yoga Nidra und Vinyasa Yoga nachhaltig geprägt. Claudia organisiert Yoga Retreats und Weiterbildungen und unterrichtet mit authentischer Ausdruckskraft. Ihr Unterrichtsstil ist lebendig, freudvoll und inspirierend. Ausserdem ist sie Autorin und Produzentin verschiedener Yoga DVDs und Yoga Nidra CDs. www.yogainspiration.ch



Daniela Küng

Nach jahrelanger Tätigkeit in verschiedenen Marketingbereichen nahm sich Daniela eine Auszeit und reiste nach Nordindien in das Gebiet der Exilregierung der Tibeter. Sie studierte Buddhistische Philosophie und leistete Freiwilligenarbeit in der tibetischen Gemeinschaft in Dharamsala. Während dieser Zeit besuchte Daniela ihre erste Yogastunde und spürte sofort, dass es auf diesem Weg für sie weitergeht. Für die Yogalehrerausbildung an der Yoga University kam sie nach knapp einem Jahr Indienaufenthalt wieder zurück in die Schweiz. Seit über 15 Jahren führt Daniela ihre eigene Yogaschule im Zürcher Oberland und erlebt seither wieder Sinnhaftigkeit und Freude in ihrem Beruf. Als Vorstandsmitglied vom Schweizer Yogaverband engagiert sie sich seit vielen Jahren für den Yogaberuf und die Interessen ihrer Berufskolleg:innen. www.anandayoga.ch



Sandra Enz

Seit ihrer Indienreise im Jahr 1997 ist Sandra Enz mit dem Yoga unterwegs. Besonders vertieft hat sie sich in die Sivananda Tradition u.a. 1999 in Kalifornien und 2013 auf den Bahamas. Von 2002 bis 2005 hat sie den Ausbildungsgang zur Yogalehrerin an der Yoga University Villeret absolviert und seither kontinuierlich Weiterbildungen in den Bereichen Philosophie, Anatomie, Therapie etc. bei verschiedenen Lehrern besucht. Seit rund zwanzig Jahren gibt sie Yoga weiter, wobei sie ihren ursprünglichen Beruf als Pflegefachfrau nie ganz aufgegeben hat: „Die mentale und körperliche Energie, welche aus Yoga entsteht, überzeugt mich in meiner Praxis und in meinem Unterricht. Yoga als Weiterbildung im Leben, im Alltag, alleine, in der Gruppe, gross oder klein. Das ist mein Hobby und meine Leidenschaft. Mit all dem erworbenen Wissen, gestalte ich den Unterricht teilnehmerorientiert, verbinde Mantras, Atem, Entspannung, mal fließende mal statische Asanas.“ www.privat-yoga.ch

Allgemeine Angaben

Kongressbeginn	Samstag, 28. September 2024, 10:00 Uhr
Kongressende	Sonntag, 29. September 2024, 15:30 Uhr
Kongressgebühr	Mitglieder des Schweizer Yogaverbandes CHF 180 Schüler:innen von Mitgliedern CHF 180 Übrige CHF 210
Unterkunft	bei Bedarf bitte selbständig arrangieren
Verpflegung	individuell (es bestehen viele Möglichkeiten in unmittelbarer Nähe des Veranstaltungsortes)
Mitbringen	eigene Yogamatte

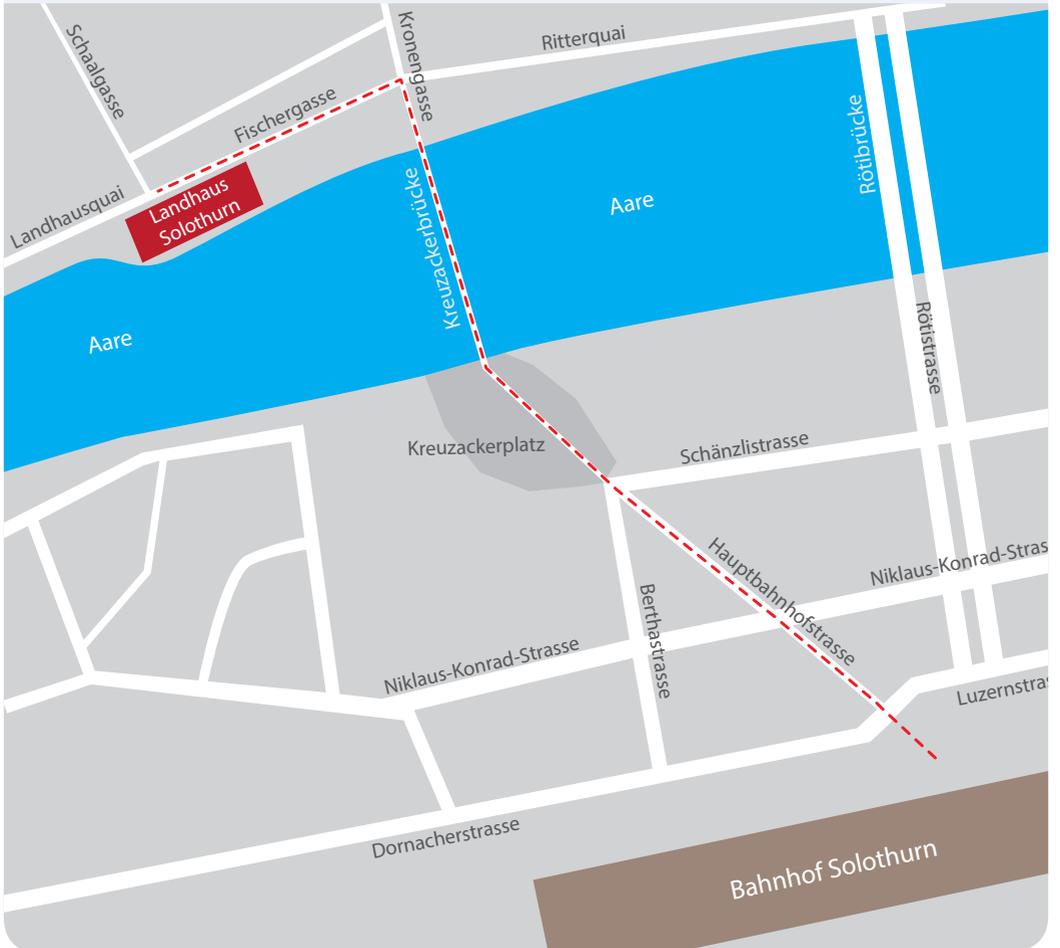
Schön gelegen an der Aare liegt das alte Landhaus, das heute als Kongresszentrum der Stadt Solothurn dient.



Veranstaltungsort

Landhaus Solothurn

Landhaus Solothurn, Landhausquai 4, Solothurn
(knapp 10 Gehminuten vom Bahnhof)





Schweizer Yogaverband
Association Suisse de Yoga
Associazione Svizzera di Yoga
Swiss Yoga Association



Berufsverband für Yogalehrer:innen
und Yogatherapeut:innen



www.swissyoga.ch

per Post

Yoga University
Rue Neuve 1
2613 Villeret

per Telefon

032 941 50 40

via E-Mail

info@swissyoga.ch

online



Anmeldung

Ich melde mich für den Yoga Kongress vom 28./29. September 2024 an.

Vorname, Name _____

Adresse _____

E-Mail _____

Telefon _____

Bitte ankreuzen falls zutreffend

Ich bin Mitglied vom Schweizer Yogaverband

Ich bin Schüler:in eines Mitglieds

Name Yogalehrer:in _____

Yoga University Villeret

Offizielle Ausbildungsschule vom Schweizer Yogaverband mit Anerkennung
der Europäischen Yoga Union



30 Jahre
1994 - 2024

www.yoga-university.ch