



Kurs 1  
in Heilsbronn  
12.-14.04.2019

Kurs 2  
in Bernried  
15.-17.11.2019



# YOGA SEMINAR 2019

für CI- und HG-Träger

Übungen für Körper, Geist und Seele  
Kräftigen und Dehnen  
Energie durch bewusstes Atmen  
Zur Ruhe kommen

Besuchen Sie unsere Homepage [www.bayciv.de](http://www.bayciv.de)

Mitglied der Deutschen Cochlea Implantat Gesellschaft e.V.  
Mitglied im Netzwerk Hörbehinderung Bayern

**Selbsthilfe**  
für besseres Hören  
und Verstehen





# YOGA-SEMINAR FÜR CI- UND HG-TRÄGER

Kurs 1  
in Heilsbronn  
12.-14.04.2019

Die Übungen im Yoga tun Körper, Geist und Seele gut. Der Körper gewinnt an Beweglichkeit, Kraft und Energie. Der Geist kommt zur Ruhe durch die Konzentration auf sich und gewinnt an Gelassenheit. Die Seele kann loslassen und aufatmen. Der ganze Mensch erlebt neue Kraft und Ruhe. Ich nehme mir Zeit für mich, mache Pause im Alltag und stärke meinen Körper. Viele Beschwerden, wie Rückenschmerzen, Verspannungen, Kopfschmerzen, können gelindert werden.

Als Entspannungsmethode wird das Autogene Training vorgestellt. Dies ist eine Methode, die es ermöglicht, sich tief zu entspannen. Es ist leicht zu erlernen und wirkt beruhigend und regenerierend auf Körper, Geist und Seele.

Das Yoga-Seminar ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Bei diesem Seminar wird die FM-Anlage im Einsatz sein, so dass jeder den Übungen der Referentin folgen kann.

## Termin

12. - 14. April 2019

## Veranstaltungsort

Religionspädagogisches Zentrum  
Abteigasse 7 / 91560 Heilsbronn / Tel. 09872 509145  
rezeption.rpz-heilsbronn@elkb.de

## Freitag

- 17.00 Ankunft und Bezug der Zimmer
- 18.00 Abendessen
- 19.00 Yoga und Entspannung

## Samstag

- 07.30 Morgenmeditation für Frühaufsteher
- 08.30 Frühstück
- 09.00 Yoga und Autogenes Training
- 12.00 Mittagessen
- 14.00 Yogalehre-Yoga-Autogenes Training
- 18.00 Abendessen
- 19.30 Freie Abendrunde

## Sonntag

- 7.30 Morgenmeditation für Frühaufsteher
- 8.00 Frühstück
- 9.00 Yogalehre-Yoga-Autogenes Training
- 12.00 Mittagessen
- 14.00 Ende der Veranstaltung

Technische Hilfen: FM-Anlage

Referenten: Claudia Berger  
Heilpraktikerin/Yogalehrerin

Der BayCIV und das Seminarteam freuen sich auf Sie!

Besuchen Sie unsere Homepage [www.bayciv.de](http://www.bayciv.de)

Mitglied der Deutschen Cochlea Implantat Gesellschaft e.V.  
Mitglied im Netzwerk Hörbehinderung Bayern

**Selbsthilfe**  
für besseres Hören  
und Verstehen



# YOGA-SEMINAR FÜR CI- UND HG-TRÄGER

Kurs 2  
in Bernried  
15.-17.11.2019

Die Übungen im Yoga tun Körper, Geist und Seele gut. Der Körper gewinnt an Beweglichkeit, Kraft und Energie. Der Geist kommt zur Ruhe durch die Konzentration auf sich und gewinnt an Gelassenheit. Die Seele kann loslassen und aufatmen. Der ganze Mensch erlebt neue Kraft und Ruhe. Ich nehme mir Zeit für mich, mache Pause im Alltag und stärke meinen Körper. Viele Beschwerden, wie Rückenschmerzen, Verspannungen, Kopfschmerzen, können gelindert werden.

Als Entspannungsmethode wird das Autogene Training vorgestellt. Dies ist eine Methode, die es ermöglicht, sich tief zu entspannen. Es ist leicht zu erlernen und wirkt beruhigend und regenerierend auf Körper, Geist und Seele.

Das Yoga-Seminar ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Bei diesem Seminar wird die FM-Anlage im Einsatz sein, so dass jeder den Übungen der Referentin folgen kann.

## Termin

15. - 17. November 2019

## Veranstaltungsort

Bildungshaus St. Martin Bernried  
Klosterhof 8 / 82347 Bernried / Tel. 08158 255-0  
zentrale@bildungshaus-bernried.de

## Freitag

- 17.00 Ankunft und Bezug der Zimmer
- 18.00 Abendessen
- 19.00 Yoga und Entspannung

## Samstag

- 07.30 Morgenmeditation für Frühaufsteher
- 08.30 Frühstück
- 09.00 Yoga und Autogenes Training
- 12.00 Mittagessen
- 14.00 Yogalehre-Yoga-Autogenes Training
- 18.00 Abendessen
- 19.30 Freie Abendrunde

## Sonntag

- 7.30 Morgenmeditation für Frühaufsteher
- 8.00 Frühstück
- 9.00 Yogalehre-Yoga-Autogenes Training
- 12.00 Mittagessen
- 14.00 Ende der Veranstaltung

Technische Hilfen: FM-Anlage

Referenten: Claudia Berger  
Heilpraktikerin/Yogalehrerin

Der BayCIV und das Seminarteam freuen sich auf Sie!

Besuchen Sie unsere Homepage [www.bayciv.de](http://www.bayciv.de)

Mitglied der Deutschen Cochlea Implantat Gesellschaft e.V.  
Mitglied im Netzwerk Hörbehinderung Bayern

**Selbsthilfe**  
für besseres Hören  
und Verstehen



# ANMELDUNG:

Kurs 1  
in Heilsbronn  
12.-14.04.2019

Yoga-Seminar 2019 / Kurs 1

12.-14. April 2019

Religionspädagogisches Zentrum / Heilsbronn

.....  
Vorname / Nachname

.....  
Adresse

.....  
Email

Ich bin Mitglied des BayCIV oder eines anderen  
Regionalverbandes

Ja

Nein

Ich bin mit der Speicherung meiner Daten durch den  
BayCIV und mit der Weitergabe an das Tagungshaus  
bzw. der Teilnehmer (nur Name und Ort) einverstanden.  
Das Einverständnis kann jederzeit widerrufen werden.

.....  
Datum / Unterschrift

Bitte Anmeldeformular ausdrucken, ausfüllen und  
an Christl Vidal, Kirchweg 3, 82496 Oberau schicken.

Anmeldung zum Yogaseminar 2019  
ebenfalls über [www.bayciv.de](http://www.bayciv.de) möglich!

>>> Anmeldeschluß: 31.01.2019

Teilnehmerzahl:  
maximal 12 Personen

Kosten für Übernachtung / Vollpension:

- Mitglieder des BayCIV oder  
anderer Regionalverbände € 125,-
- Nichtmitglieder € 155,-
- Anmeldegebühr: € 50,-
- Restzahlung: 12.03.2019

Bitte überweisen an:

Bayerischer Cochlea-Implantat-Verband e.V.

**Yoga-Seminar 2019 / Kurs 1 Heilsbronn**

IBAN: DE 95 6309 0100 0709 9990 03

BIC: ULMVDE66

**Wichtig: Anmeldung wird nur mit  
Überweisungseingang anerkannt!**

Stornierungsgebühren:

- bis 8 Wochen vor Anreise: kostenfrei
- bis 2 Wochen vor Anreise:  
50% aller gebuchten Leistungen
- ab dem 13. Tag vor Anreise:  
60% aller gebuchten Leistungen

Organisation & Anmeldung:

Bayerischer Cochlea-Implantat-Verband e.V.

Christl Vidal (Vorstandsmitglied)

Kirchweg 3 / 82496 Oberau

**[christl.vidal@bayciv.de](mailto:christl.vidal@bayciv.de)**

Margit Fischer (Vorstandsmitglied)

Netzgärten 1 / 86920 Denklingen

**[margit.fischer@bayciv.de](mailto:margit.fischer@bayciv.de)**

Veranstalter:

Bayerischer Cochlea-Implantat-Verband e.V.

Arberweg 28 / 85748 Garching

**[regine.zille@bayciv.de](mailto:regine.zille@bayciv.de)**

(1. Vorsitzende)

Besuchen Sie unsere Homepage [www.bayciv.de](http://www.bayciv.de)

Mitglied der Deutschen Cochlea Implantat Gesellschaft e.V.

Mitglied im Netzwerk Hörbehinderung Bayern

**Selbsthilfe**

für besseres Hören  
und Verstehen



# ANMELDUNG:

Kurs 2  
in Bernried  
15.-17.11.2019

**Yoga-Seminar 2019 / Kurs 2**  
**15.-17. November 2019**  
**Bildungshaus St. Martin / Bernried**

.....  
Vorname / Nachname

.....  
Adresse

.....  
Email

Ich bin Mitglied des BayCIV oder eines anderen  
Regionalverbandes

Ja  Nein

Ich bin mit der Speicherung meiner Daten durch den  
BayCIV und mit der Weitergabe an das Tagungshaus  
bzw. der Teilnehmer (nur Name und Ort) einverstanden.  
Das Einverständnis kann jederzeit widerrufen werden.

.....  
Datum / Unterschrift

Bitte Anmeldeformular ausdrucken, ausfüllen und  
an Christl Vidal, Kirchweg 3, 82496 Oberau schicken.

Anmeldung zum Yogaseminar 2019  
ebenfalls über [www.bayciv.de](http://www.bayciv.de) möglich!

>>> **Anmeldeschluß: 15.09.2019**

Teilnehmerzahl:  
maximal 12 Personen

## Kosten für Übernachtung / Vollpension:

- Mitglieder des BayCIV oder anderer Regionalverbände € 145,-
- Nichtmitglieder € 175,-
- Anmeldegebühr: € 50,-
- Restzahlung: 15.10.2019

## Bitte überweisen an:

Bayerischer Cochlea-Implantat-Verband e.V.  
**Yoga-Seminar 2019 / Kurs 2 Bernried**  
IBAN: DE 95 6309 0100 0709 9990 03  
BIC: ULMVDE66

**Wichtig: Anmeldung wird nur mit  
Überweisungseingang anerkannt!**

## Stornierungsgebühren:

- bis 8 Wochen vor Anreise: kostenfrei
- bis 2 Wochen vor Anreise:  
50% aller gebuchten Leistungen
- ab dem 13. Tag vor Anreise:  
60% aller gebuchten Leistungen

## Organisation & Anmeldung:

Bayerischer Cochlea-Implantat-Verband e.V.  
Christl Vidal (Vorstandsmitglied)  
Kirchweg 3 / 82496 Oberau  
**[christl.vidal@bayciv.de](mailto:christl.vidal@bayciv.de)**

Margit Fischer (Vorstandsmitglied)  
Netzgärten 1 / 86920 Denklingen  
**[margit.fischer@bayciv.de](mailto:margit.fischer@bayciv.de)**

## Veranstalter:

Bayerischer Cochlea-Implantat-Verband e.V.  
Arberweg 28 / 85748 Garching  
**[regine.zille@bayciv.de](mailto:regine.zille@bayciv.de)**  
(1. Vorsitzende)

**Besuchen Sie unsere Homepage [www.bayciv.de](http://www.bayciv.de)**

Mitglied der Deutschen Cochlea Implantat Gesellschaft e.V.  
Mitglied im Netzwerk Hörbehinderung Bayern

**Selbsthilfe**  
für besseres Hören  
und Verstehen

