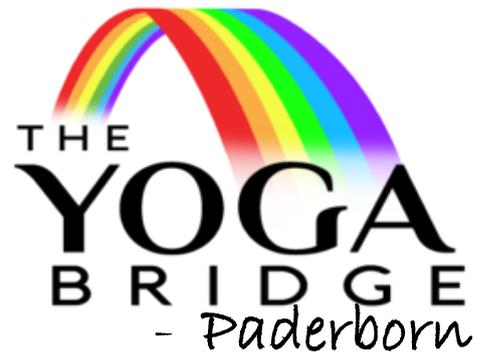


Yoga passt in unsere Zeit, weil es kaum ein anderes ganzheitliches Übungssystem gibt, welches vergleichbar schnell, effektiv und nachhaltig beiträgt zur Entfaltung unserer ganzen Persönlichkeit und unserer menschlichen Potentiale. Dabei zeigt sich das uralte System komplett offen für die Beiträge der modernen Wissenschaften.

„Wer Yoga übt, entfernt das Unkraut aus dem Körper, sodass der Garten wachsen kann.“
(Bellur Krishnamachar Sundararaja Iyengar)



Yoga und mehr in Deiner Stadt für Dich!



Yogastunden in Deiner Stadt

Wir, die Yogalehrerinnen und Lehrer der YogaBridge-Paderborn laden Dich (Kinder, Jugendliche, Erwachsene) herzlich zu ihren ganz unterschiedlichen Yogastunden an verschiedenen Orten ein. *Schau mal rein!*



Kurse und Ausbildungen

Mit den YogaKids, dem TeenSpirit-Yoga und dem Spirit-Yoga laden Silke und Lars Kinder, Jugendliche und Erwachsene zur regelmäßigen Praxis ein. Zusammen mit den *Yogatalks* oder dem *YogaPlus* kannst Du sehr flexibel Kurse bis hin zur Yogalehrerin / zum Yogalehrer absolvieren. *Mach mit!*



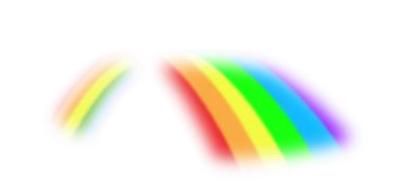
Fortbildungen und Workshops

Für Neugierige, Einsteiger und Fortgeschrittene als Privatpersonen oder im beruflichen Zusammenhang bieten wir nach Absprache speziell angepasste Fortbildungen und Workshops an. *Sprich uns an!*



Events, Yoga&Kirtan – die Vayus

Mit ihren Mantra-Yogastunden, Kirtans (gemeinsames Singen) und OneDayOffs locken Andrea und Lars ihre Teilnehmer/innen an die unterschiedlichsten Locations. Gerne lassen wir uns auch für Deine Veranstaltung buchen. *Sei dabei!*



Brücken bilden – Netw@rk

Unsere Internetseite versteht sich als Plattform für alle Disziplinen und Künste, die zum ganzheitlichen Wohlergehen des Einzelnen beitragen können. *Schau mal rein und werde Teil der YogaBridge-Paderborn.*

Mantras

(1)

Om Gam Ganapataye
Namaha
Om Aim Sarasvatyai Namaha
Om Gum Gurubhyo Namaha

(2)

Adi Shakti Namō Namō
Sarab Shakti Namō Namō
Pritam Bhagvati Namō Namō
Kundalini Mata Shakti Namō
Namō

(3)

Jay Bajaranga Vali - Jay
Hanumana Ki
Jay Mahavira - Jay Hanuman
Jay Gurudeva Karo Kalyan

(4)

Bhajo Rhade Krishna - Bhajo
Rhade Gyaym
Bhajo Hare Kirshna Hare
Govinda Hare - Gopala Hare

(5)

OM bhur bhuvā svaha
tat savitur varenyam
bhargo devasya dhimahi
dhiyo yo nah prachodayat

(6)

Ong namo gurudev namo
(2x)
Gurudev, gurudev namo
Gurudev, gurudev namo

(7)

Ishq-allah mah-bud-lilah
Ishq-allah mah-bud-lilah
Allah ya jamil, Allah ya jamil,
Allah ya jamil, Allah, Allah

(8)

Jay Jay Rhada Ramana
Haribol,
Jay Jay Rhada Ramana
Haribol,
Haribol, Haribol, Haribol,
Haribol

(9)

Bless the Lord, my soul
And bless God's holy name
Bless the Lord, my soul
Who leads me into life

(10)

Shiva, Shiva, Shiva Shambho
Maha Deva Shambho,
Jaya, Jaya, Shiva Shambho
Maha Deva Shambo