

Āyurveda an der Elbe

20. bis 22. Oktober 2023

Freitag 20.10. Vortrag

Ayurveda heißt Wissen vom Leben. Lebendiges Wissen das wir hören, schmecken, spüren können. Wir brauchen dafür keine Kräuter aus Indien zu holen, meint Luc.
19.30 bis 21.00 Uhr - 15 €

Samstag 21.10. Ayurvedischer Workshop

Beim Yoga erleben wir die Grundprinzipien von Ayurveda körperlich. Luc zeigt uns einfache Werkzeuge für ein gesundes Leben.
9.30 bis 17.00 Uhr - 60 €

Sonntag 22.10.

Koch-Workshop

Luc führt ein in ayurvedische Kochtechniken und vermittelt praktisches Wissen für die Auswahl von Nahrungsmitteln.
9.30 bis 14.30 Uhr - 45 €

außerdem:

Einzelberatung 2 Stunden - 70 €

Luc Maudonnet ist Schüler von Vaidya Narendra Das an der Ayurveda Datta University.

Daneben studiert er Sanskrit, die alten ayurvedischen Texte und die Wissenschaft von nāḍiparīkṣā (Puls-Diagnose).

Ort: Gemeindehaus Wootz / Lenzerwische

Infos und Anmeldung: Pat Paufler

0157-35253052 kontakt@patpaufler.org

