

**Berlin** Kreuzberg Yoga, Lübbener Str. 9, 10997 Berlin

**09. Nov. 2013:** Tagesworkshop. Abends Mantra-Singen ab 19.30 Uhr

Anmeldung: Nicole Daljeet Kaur Loncaric, Tel. 0 157-77 57 38 01, info@kreuzberggyoga.de

**Heidelberg** Yogazentrum Heidelberg, Bergheimer Str. 125, 69115 Heidelberg

**25. Nov. 2013:** Abend-Workshop, 19.00 - 21.30 Uhr

Anmeldung: Tel. 0 1577-154 13 15, info@yoga-zentrum-heidelberg.de

**Dieburg (Frankfurt)** Yogi-Yogini, Lagerstr. 11, Platanenpark, 64807 Dieburg

**06. Dez. 2013:** Abend-Workshop, 18.00 - 21.00 Uhr

Anmeldung: www.yogi-yogini.de

**Hamburg** ANAND Zentrum, Gertigstraße 20, 22303 Hamburg

**22. Feb. 2014:** Tagesworkshop. Abends Mantra-Singen ab 19.00 Uhr

Anmeldung: satkaramkaurkhalsa@gmx.de

**München** Kundalini Yoga-Zentrum, Kaiserstr. 13, 80801 München

**08. März 2014:** Tagesworkshop Stufe I. Abends Mantra-Singen ab 19.30 Uhr

**09. März 2014:** Tagesworkshop Stufe II

Anmeldung: Sat Sevak Singh, hermann.altmann@googlemail.com

# *Harmonium Workshops 2013 & 2014*

Tagesworkshops

jeweils 10:00-17:00 Uhr

Kosten: je 85 Euro

Info:

Sat Karam Kaur

06162 - 9685144

satkaramkaurkhalsa@gmx.de

# Harmonium-Workshops mit Sat Karam Kaur

## Inhalte des Harmonium-Workshops:

- Kennenlernen einfacher Grundlagen über das indische Harmonium und die Kunst des Spielens
- Das Zusammenspiel zwischen deiner Stimme und dem Instrument entdecken
- Erlernen von Harmonien und einfacher Begleitungen für Mantras
- Eintauchen in "Naad" (Klang)
- Pranayama und Yogaübungen zur Unterstützung der Stimme



## Sat Karam Kaur

Sat Karam Kaur lebt im Odenwald (Hessen). Sie unterrichtet seit 16 Jahren Kundalini Yoga und ist außerdem Heilpraktikerin. Seit ihrem 8. Lebensjahr ist ihr Klavier für sie ein Ort für Freude, Trost, erholsamen Rückzug und tiefe Versenkung. Vor einigen Jahren kam das Harmonium wie von selbst zu ihr, mit ihm begann die Forschungsreise in die heilige Sprache Gurmukhi, zu Shabads und Kirtan sowie die Annäherung an „Raag“- das traditionelle Musiksystem. Sie liebt es, am Harmonium zu singen und ihre Freude daran in ihren Workshops zu teilen.