

Singen & Yoga

**Wochenendseminar vom 24. bis 26. Juli 2026
am Seddiner See nahe Potsdam**

- IM LICHT SEIN -



Ein wunderschönes Sommerwochenende lädt dazu ein in Energie, Licht und Freude zu baden. Mit Mantras, Herzensliedern, Meditation und leichtem Yoga erleben wir das Licht, das um uns ist und das wir sind. Du brauchst keine Vorkenntnisse.

Die Sehnsucht nach dem Lichtvollen, Schönen und Lebendigen ist tief in jeden Menschen verankert, wie ein Ruf aus der Tiefe der Seele, der uns an die wesentliche Natur des Daseins und an den Lebenssinn erinnert. Das Licht als inneres, seelisch-geistiges Phänomen zu erleben ist ein kostbares Geschenk, dass wir uns selber bereiten können, wenn wir uns öffnen und unsere Aufmerksamkeit auf das Lichtvolle lenken.

Das Singen der besonderen Lieder in Hingabe erweckt und stärkt das stets in uns vorhandene innere Licht und bringt uns auch im Außen zum Strahlen.

Die Übungen im Yoga zielen darauf ab, die lichtvolle Lebensenergie Prana im Körper wieder frei fließen zu lassen und ihn in seiner Gesundheit zu unterstützen.

Bitte gib deine Anmeldung so bald wie möglich ab. Den Betrag für das Seminar in Höhe von 215,00 € für Frühbucher bis zum 4.5.2026 / bzw. 240,00 € danach, **bitte erst ab 1.6.2026 AUF UNTEN STEHENDES KONTO** überweisen. Bitte beachte: Deine Anmeldung ist verbindlich. Wird die Anmeldung deinerseits zurückgenommen, müssen wir eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 10 € erheben. Bei Rücknahme deiner Anmeldung 4 Wochen vor Seminartermin können wir 50% zurückerstatten, 2 Wochen vorher nur noch 25%. Danach müssen wir die vollen Seminarkosten einbehalten, es sei denn, es gibt einen „Nachrutscher“. Ausnahmeregelungen sind unter Umständen möglich.

Die Unterkunft wird vor Ort bar bezahlt oder per Rechnung vom Haus. Die zwei Übernachtungen mit vegetarischer Vollpension kosten im EZ 259,30 € und im DZ 230,42 € pro Person.



Das Seminar findet zum wiederholten Mal in der Heimvolkshochschule am Seddiner See statt. Durch die schöne Lage direkt am See können wir uns wie im Urlaub fühlen.

Wir begrüßen euch am Freitagnachmittag um 16.00 Uhr mit Kaffee und Kuchen. Das Seminar beginnt um 16.45 Uhr. Eine frühere Anreise ist möglich. Seminarende ist Sonntag um ca. 15.00 Uhr. Um

Fahrgemeinschaften zu bilden, kreuze bitte an, ob du jemanden mitnehmen kannst oder ob du eine Mitfahrgelegenheit brauchst. Wir versuchen dann, das Mitfahren zu koordinieren. Hierfür werden wir ggf. deine Telefonnummer oder Emailadresse weitergeben. Die Fahrzeit von Spandau aus beträgt etwa eine 3/4 Stunde.

Bitte überweise den Seminarbetrag **AUF FOLGENDES KONTO (bitte erst ab 1.6.2026):**

Claudia Christiane Schmidt / bei der CommerzBank

IBAN: DE21 1008 0000 0811 4018 01

Bitte mitbringen: Eine eigene Yogamatte (wenn vorhanden), eine Decke zum Draufliegen und eine Decke zum Zudecken sowie ggf. ein kleines Kissen und bequeme Kleidung.

Wir bringen die dünnen rutschfesten Matten mit und bei Bedarf die Roshi-Kissen und Bänken, **wenn dies auf der Anmeldung angekreuzt wurde.**

Für weitere Informationen oder Fragen bitte melden unter:

Claudia Schmidt kontakt@yoga-spandau.de oder (030) 363 86 01

Petti West info@singen-fuer-die-seele.de oder (030) 332 55 51

Wir freuen uns auf dich und auf ein schönes Wochenende mit Singen und Yoga!

Alles Liebe, *Petti und Claudia*

Wegbeschreibung (von Berlin-Spandau aus)

Strecke ca. 50 km, Dauer etwa 50 Min.

- Über die A 115 bis Abfahrt Michendorf
- Auf die B 2 Richtung Beelitz
- Nach ca. 2,5 km kleine Zufahrt, links Heimvolkshochschule

Heimvolkshochschule am Seddiner See
Seeweg 2
14554 Seddiner See

Tel: 0 33 205 - 25 000

info@hvhs-seddinersee.de
www.hvhs-seddinersee.de

☐ Ja, ich möchte am Wochenende „Singen & Yoga“ vom 24.-26.7.2026 in Seddin teilnehmen und überweise **den Seminarbetrag** ab 1.6.2026 in Höhe von 215,- € (Frühbucher bis 4.5.2026) bzw. 240,- € (regulär) ab dem 5.5.2026.

☐ Ich nehme ein Einzelzimmer für 259,30 €*

☐ Ich nehme ein Doppelzimmer für 230,42 €* pro Person

**Die Übernachtungsgebühren incl. VP werden direkt vor Ort bezahlt.*

Name: _____ Tel: _____

E-Mail: _____

Adresse: _____

☐ Ich komme im eigenen Pkw und kann noch _____ Person mitnehmen.

☐ Ich benötige eine Mitfahrgelegenheit.

☐ Ich benötige ein Meditationsbänkchen

☐ Ich benötige ein Roshi-Sitzkissen

Datum und Unterschrift: _____
