

# WOCHE NENDSEMINAR

## YOGA PRANAYAMA MEDITATION

05.12. – 07.12.2025

mit

**CHANTAL LEROY**

&

**BARBARA WEISS**

&

**REINER BRAUN**

im

**ANANDA**

DR.GESSLER-STR.16  
Regensburg

Wir freuen uns sehr, auch in diesem Jahr wieder zwei wohlbekannte Gastlehrerinnen im Ananda begrüßen zu dürfen. Zusammen mit Reiner darf, unter Anleitung dieser drei -seit Jahrzehnten- Unterrichtenden, feinste Yogapraxis erwartet werden. Anliegen ist die Vermittlung der Einheit von Asana-Atem-und Meditationspraxis. Es ist die Kombination einer fundierten und detaillierten Asanapraxis in der Tradition von B.K.S Iyengar (Chantal und Barbara ) und den Unterweisungen zur Atem-und Meditationspraxis ( Reiner).

Das Seminar setzt sich aus 2 Blöcken zusammen. Am Freitag und Samstag werden Chantal und Reiner im Wechsel unterrichten.( Block 1)  
Am Sonntag unterrichtet Barbara( Block 2)

Ort der Veranstaltung ist das Zentrum Ananda, Dr. Gessler-Str.16, 93051 Regensburg ( Königswiesen).

Die Teilnahme setzt eine Grunderfahrung in/mit Yoga voraus, allerdings nicht unbedingt in Iyengar-Yoga.

## ABLAUF

### Freitag, 05.12.

Block 1

16:00 – 17:30 Uhr Asanas (Chantal)

18:00 - 19:00 Uhr Pranayama  
Meditation ( Reiner)

### Samstag, 06.12.

10:00 – 13:00 Asanas ( Chantal)

Mittagspause

15:30 – 17:30 Yogaeinheit passiv mit  
Pranayama & Meditation  
( Reiner)

### **Gemeinsames Abendessen im Restaurant**

(optional)

### Sonntag, 07.12. Block 2

10:00 – 13:00 Asanas (Barbara)

Mittagspause

14:30 -16:30 Asanas (Barbara)  
ENDE

## LEHRER\*INNEN

### KOSTEN

Block 1

**Frei/Sa : 170,00 Euro**

Block 2

**So : 90,00**

Block 1 und 2 zusammen

**Frei-So : 240,00 Euro**

Ermäßigung für Student\*innen,  
Geringverdiener\*innen ist auf Anfrage  
möglich.

Ein Rücktritt bis 14 Tage vorher ist kosten-  
frei. Danach werden 50% der entspre-  
chenden Kosten als Ausfallsgebühr  
erhoben.

Mit der Anmeldung wird um Überweisung  
eines Betrages in Höhe von 80 Euro  
gebeten. Restzahlung bitte bei Kursbeginn.

**Anmeldung bitte bei Manuela unter  
mobil 015772064683 oder per Mail  
[manuelafeulner@web.de](mailto:manuelafeulner@web.de)**

Das Seminar ist geeignet für alle  
Interessierten, d.h. mit wenig oder viel  
Yogaerfahrung wird der Inhalt  
erkenntnisreich sein!

### **Chantal Leroy**

ist mit einer Grundausbildung in  
Marmayoga und als „Senior Iyengar  
teacher“ eine äußerst erfahrene Yoga-  
lehrerin und regelmäßig Gast im Ananda.  
Sie unterrichtet seit über 30 Jahren im In-  
und Ausland und lebt seit vielen Jahren in  
Berlin.

[www.yogaregensburg.de](http://www.yogaregensburg.de)

### **Reiner Braun**

absolvierte die 3-jährige Marma-Yoga-  
Ausbildung Anfang der 90er Jahre und  
praktiziert Yoga bereits seit den 80iger  
Jahren. Seit über 25 Jahren Weiterbil-  
dungen in Iyengar Yoga, Pranayama und  
Meditation. Er lebt und unterrichtet in  
Regensburg und Umgebung.

[www.yoga-ananda-regensburg.de](http://www.yoga-ananda-regensburg.de)

### **Barbara Weiss**

ist eine sehr renommierte Lehrerin und  
Ausbilderin für Yogalehrkräfte an der  
Sebastian Kneipp Akademie ( in der  
Tradition von B.K.S.Iyengar). Ihre  
Erfahrungen aus über 30 Jahren  
Yogapraxis vermittelt sie auf einfühlsame,  
sanfte und sehr differenzierte Art.

[Yogastudioweiss@googlemail.com](mailto:Yogastudioweiss@googlemail.com)

Das Seminar findet im Ananda,  
Zentrum für Yoga und Meditation statt.  
Ananda, Dr.Gessler-Str.16, 93051  
Regensburg ( Königswiesen).

Auf Anfrage kann im Yogazentrum  
übernachtet werden.

