

## Lotos Neuigkeiten 2017-3



### Juni 2017

**09. Juni, 18-20h in Basel**  
**Yoga intensiv** "Hilfsmittel und  
Hilfestellungen" mit Carla Felber

**09. Juni, 19.15 - 21.15h in  
St.Gallen Yoga Intensiv**  
"Kriyas, surya namaskar, purna  
vishrama" mit Evelyn Gelpi

**16. Juni, 18-20h in Luzern**  
**Yoga intensiv** "Yin Yoga" mit  
Barbara Brukhardt

### **Neustart:**

**Yoga intensiv in Bern**  
**23. Juni, 18-20h**  
"Herz" mit Brigitte Bruni  
**Neu: Bitte für Bern anmelden!**  
Bei mind. 6 Anmeldungen bis  
Mittwochabend findet der Kurs am Freitag  
statt: sekretariat@lotosyoga.ch

### Juli 2017

**07. Juli, 19.15 - 21.15h in St.Gallen**  
**Yoga Intensiv** "Yoga und  
Spiraldynamik - Beinachse im  
Stand" mit ChristineENZ

**17. - 22. Juli**  
**Yoga - Woche im Schwarzwald** mit  
Patrick Tomatis und Martin Merz

### August 2017

**6. - 12. August**  
**MBSR-Woche**  
mit Marisa Nussbaumer im Tessin  
**Die Kurswoche findet statt.**  
**Nur noch wenige Plätze frei!**

### Vorschau:

**10. September**  
Montra Workshop mit Lakshmi  
Santra im Yoga Zentrum Lotos,  
Basel

**01. - 06. Oktober**  
**Meditations-Woche**  
mit Barbara Brukhardt in der Villa  
Unspunnen, Wilderswil

Zusätzlich wichtiges Datum vom  
Berufsverband YCH:

**21. - 25. August**  
44. Internationaler Yogakongress in  
Zinal (Wallis) [www.yoga.ch](http://www.yoga.ch) oder  
[www.europanyoga.org/congress/all/home](http://www.europanyoga.org/congress/all/home)



Cover Lotos Schriftenreihe N°4

### **Liebe Yogafreundin Lieber Yogafreund**

es freut mich ausserordentlich, dass von der Lotos Schriftenreihe soben N°4 erschienen ist!

Es handelt sich dabei um eine grössere Anzahl von Asanas, wie sie von Patrick Tomatis (übersetzt von Martin Merz) angeleitet werden.  
Die Auswahl der Asanas ist zurückzuführen auf die Asanaliste vom Berufsverband Yoga Schweiz (YCH).  
Sie beinhaltet also just jene Asanas, welche während der Yoga-Ausbildung besonders gut kennen und üben gelernt werden.

Diese Schrift „Ausgewählte Stellungen“ beschreibt die wichtigsten Elemente von Patricks Arbeit exemplarisch:  
die anatomische Präzision, der wesentliche Aspekt der Atmung,  
die innere Ausrichtung; also letztlich Yoga als Mittel zur menschlichen Entwicklung.

Ab sofort kann diese Schrift N°4 im Sekretariat für Fr. 35.-  
(plus allfällige Versandkosten) bezogen werden.

Noch besser ist es natürlich, diese Asanas unter der Anleitung von Patrick zu praktizieren, zum Beispiel in der **Sommerwoche im Schwarzwald (17. - 22. Juli 2017)** oder am 16./17. September im Oekolampad in Basel.

Nun wünsche ich dir einen wunderbaren, sonnigen und erlebnisreichen Sommer!

Mit einem Surya-Gruss  
Carla & Team