



Mirre praktijk voor Ayurveda & Natuurlijke geneeskunde

Nieuwsbrief

Zomer 2015



Adviezen voor de
warme dagen.
(Klik op de afbeelding)

Ashram "leven"

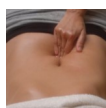
Op het moment van dit schrijven van de nieuwsbrief bevind ik mij in de ashram in Loenen. Alle kamers in de ashram zijn in gebruik, door mensen van de ashram, gasten en Ayurveda retraite groep van Ayurveda Arts Dr Vijith. Vijf dagen met als thema: Dinacharya, of te wel : dagelijkse routine. Erg mooi om te zien hoe de mensen deze routine zich in deze dagen dit eigen mogen maken.. In deze nieuwsbrief is er weer ruimte en aandacht voor "Ayurveda praktijken" alsmede het aanbod in trainingen ect.



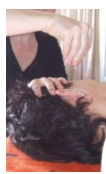
Babaji Ashram Loenen

Ayurveda Massage Trainingen

start september



Buikmassage



Karna purana



Pinda sweda



Garshan

Basis Training Voor wie begint met masseren of wie of wie een zekere verbinding voelt om kennis te maken met Ayurveda Massage is er de basistraining. Hieraan kun je natuurlijk ook deelnemen als je al massage ervaring hebt of al werkzaam bent in je eigen praktijk.

[Meer details](#)

Ayurveda Specials zijn 1 of 2 daagse trainingen waar speciale technieken en behandelingen vanuit de Ayurveda worden aangeleerd. Voor deelname aan de Ayurveda specials is wel massage ervaring nodig.

[Meer details](#)

Nieuwsbrief - Spotlight

*Ons leven is relatie.
Wij zijn verbonden met
de aarde, de maan, de
zon, de lucht die wij
inademen, het water dat
wij drinken, het voedsel
dat wij eten.
Je bent met je vrienden,
je ouders en kinderen, je
partner, collega's
verbonden, alsmede met
je eigen lichaam, je
gedachten en gevoelens.*

[Verder lezen...](#)

Yoga en Ayurveda onlosmakelijk verbonden met elkaar!

XL YOGA HYPERICON

Data : vrijdag 17 juli, 18 september, 13 november, 11 december.
Tijd: 14.15 uur - 16.45 uur
Kosten: € 27,50 per les.



Een 2.5 uur durende Yogales! Waarin u wordt begeleid in de verschillende wegen van Yoga. Met toewijding en aandacht van de docente worden praktische oefeningen zoals; eenvoudige lichaamshoudingen, ademhalingsoefeningen, pran-a-yama, concentratie, meditatie, nidra yoga, klanken en mantra, ontspanning, kennis van de Ayurveda (kennis van het leven) overgedragen.
www.siddhiyoga.nl

Yoga en Ayurveda zijn elkaars hulp-wetenschappers. Yoga is het spirituele aspect van de Ayurveda. Ayurveda de therapeutische branche van Yoga. Oorspronkelijk waren het geen afgescheiden diciplines, maar vormden zich samen het Tantrische systeem. Tantra is immers een compleet systeem van menselijke ontwikkeling om tot waar-achtig bewustzijn te komen. In contact komen met Yoga, Ayurveda is je manier van leven herbekijken. Het zijn leerprocessen omtrent hoe je lichaam en geest kan doen samenwerken om in harmonie met de (eigen) waar-achtige Natuur te leven.

Hypericon Centrum integratieve Geneeskunde.

Gelegen aan de Berg en dalseweg 83 in Nijmegen. Een van oorsprong Antroposofisch / regulier huisartsenpraktijk, waar sinds vier jaar ruimte is gekomen voor ook andere diciplines. Dat maakte het mogelijk dat ik vanuit het Westen van het land in dit mooie praktijkhuis de ruimte heb gekregen om mijn Ayurveda praktijken voort en neer te zetten.

Ook hier kwam meer en meer de vraag om Yoga aan te bieden in Hypericon! 1x per maand op de vrijdagmiddag een eeextraaa lange Yogales. Waarin alle aspecten van Yoga (Bewustwording) aangesproken worden. Hatha Yoga, Meditatie, Ademhaling/pranayama, Nada (klank), Nidra, Concentratie, en natuurlijk de Ontspanning. Alle data staan los van elkaar. Wel noodzakelijk is het om aan te melden via de website of per email of telefoon.

Website voor de Yoga: www.siddhiyoga.nl [aanmelden](#)



Yoga & Kunst zinnig werken

Gecombineerde workshop: yoga, kunstzinnig werken & afsluiting met klankschaal

Zaterdag 11 juli 2015 11.00 - 15.00 uur €70,- incl materiaal & soep mogelijkheid tot declareren	Mirre van Zanten yogadocente 024 8444021/0624164926 info@siddhiyoga.nl
Joyce vd Velde kunstzinnig therapeut 024 3223774/0655842842 levenskunst@kpnmail.nl	

ook zonder ervaring toegankelijk
HYPERICON Berg en Dalseweg 8 Nijmegen

Extra datum: donderdag 17 september 2015

[Aanmelden](#)

Mirre praktijk voor Ayurveda en Natuurlijke Geneeskunde
Berg en dalseweg 83, 6522 BC Nijmegen
www.mirre-natuurlijke-geneeskunde.nl info@mirre-natuurlijke-geneeskunde.nl
www.siddhiyoga.nl info@siddhiyoga.nl

Tel.024 8444 021 Mob.0624164926

Als u wilt dat we uw naam van onze verzendlijst verwijderen, [klikt u hier](#).
Vragen of opmerkingen? Stuur een e-mail naar info@mirre-natuurlijke-geneeskunde.nl of bel 0624164926