



## Seva Manjot Singh

Kundalini Yoga Lehrer Stufe 1 & 2  
Heilpraktiker  
Dozent  
Reiki-Lehrer  
Klassischer Homöopath

## Wann & Wo

---

1x im Monat samstags, online via Zoom  
(mit Aufnahme)

Sadhana von 5.30h-8.00h  
Teaching von 9.00h-12.00h

## Link & Infos

---

<https://us02web.zoom.us/j/84416028829?pwd=aXMzSW43S1FTcXVscHpwZkVwVWl6QT09>

Meeting-ID: 844 1602 8829  
Kenncode: 083780

Keine Anmeldung erforderlich

**Sadhana & Teaching können** unabhängig voneinander besucht werden

**Ausgleich** auf Selbsteinschätzung

**Infos** unter [www.satnamji.de](http://www.satnamji.de)

# SADHANA & THE UNIVERSE OF THE BODY

Entdecke deine physische und subtile  
Anatomie aus yogischer und medizinischer  
Sicht

Die Kenntnisse um deine physische und subtile Anatomie vertiefen deine Yoga-Erfahrung. Sie sind die Grundlage für Prophylaxe, Gesundheit & Resilienz (**Healthy**) - für dich, deine Lieben und für deine Yoga-SchülerInnen. Dein Körper mit seiner tiefen Weisheit ist der Tempel und ein guter Freund deiner Seele (**Happy**). Durch deinen Körper kann sich deine Seele in der Welt entfalten & erfahren und ihre Bestimmung erfüllen (**Holy**).

## Themen

---

**Skelett & Muskeln** - 21. Januar 2023  
Deine Erdung

**Herz & Kreislauf** – 04. Februar 2023  
Im Rhythmus deiner Liebe

**Atmungssystem** – 04. März 2023  
Im Rhythmus von Prana

**Immunsystem** – 25. März 2023  
Die Sache mit dem gelben Post-it

**Nervensystem** – 22. April 2023  
Infos in Warp-Geschwindigkeit

**Hormonsystem** – 06. Mai 2023  
Die magische Ursuppe

**Verdauungssystem** - 17. Juni 2023  
Der Schlauch, der es in sich hat

**Urogenitalsystem** – 01. Juli 2023  
Wasser und andere Geheimnisse