

**Humboldt-Haus Achberg**  
Panoramastraße 30  
D-88147 Achberg bei Lindau am Bodensee  
<http://www.humboldt-haus.de>  
e-mail : [info@humboldt-haus.de](mailto:info@humboldt-haus.de)

**Yoga-Pfingst-Seminar 2023**  
**mit Yogi**  
**Dr. Babacar Khane**



**Yogatherapie**  
**und spirituelle Entwicklung**  
**vom 24. bis 29. Mai 2023**

**Institut International de Yoga**  
Mitglied der I.Y.F.  
und der European Yoga Alliance  
e-mail : [iy@bluewin.ch](mailto:iy@bluewin.ch)  
url : <http://www.iy-yogikhane.ch>

# Yoga-Seminar 2023 mit Yogi Dr. Babacar KHANE

**Dr. Babacar Khane**, Schüler von Paramhansa Yogananda, Doktor der Osteopathie und der Chiropraktik.

Yogi Khane gründete 1960 das „Institut International de Yoga“ in Dakar und leitet seitdem Seminare in Europa (u.a. in Andorra, Belgien, Deutschland, Frankreich, Italien, Malta, den Niederlanden, Portugal, der Schweiz, Spanien), Afrika und Nord-Amerika. Seit vielen Jahren arbeitet er mit renommierten Rheumatologen und Psychiatern zusammen, um die therapeutischen und präventiven Anwendungen des Yoga weiterzuentwickeln.

Nicht nur sein sehr pragmatischer Ansatz, sondern auch seine umfassende Kenntnis der verschiedenen spirituellen Traditionen, sein Humor und seine Lebensfreude machen ihn zu einem begehrten Referenten.

Er ist Autor mehrerer Bücher (u.a. *Le Yoga des Pharaons*, 5. Aufl. 2016, *Le Yoga de la prière*, vermehrte Aufl. 2008, *Kung-Fu, Praxis des Chinesischen Yoga*, deutsche Aufl. 2001, 2015, *Ch'i Kong, Pharaonisches Yoga*, 2003, *Yoga des Wortes*, 2016).

Er hat die Yogalehre durch eine neue Pädagogik erneuert, um den Yoga an den Menschen von heute anzupassen.

## **Raja Yoga (Der königliche Weg)**

- Lehre der Asanas auf den heutigen Menschen bezogen
- Pranayama (Atmung und Lebensenergie)
- Entspannung, Konzentration und Einführung in die Meditation

## **Kung-Fu (Chinesisches Yoga)**

- Tonisierung der Muskulatur
- Selbstmassage der inneren Organe
- Revitalisierung, Aktivierung der Lymphe und Entgiftung des Körpers
- Rheuma-Vorsorge
- Neue Asanas

## **Ch'i Kong**

- Konzentration, Bewußtsein
- Kontrolle der Lebensenergien

## **Pharaonisches Yoga**

- Pharaonische Haltungen
- Umerziehung des Bewegungsapparates
- Aufrichtung der Wirbelsäule
- Zur natürlichen Pädagogik der Haltungen
- Meditation in der Tätigkeit

## **Anwendung von Pharaonischem Yoga, Ch'I Kong und Kung-Fu als Vorbereitung der Asanas im Hatha-Yoga**

## **Yogische Techniken zur Selbstheilung**

### **Kursdaten**

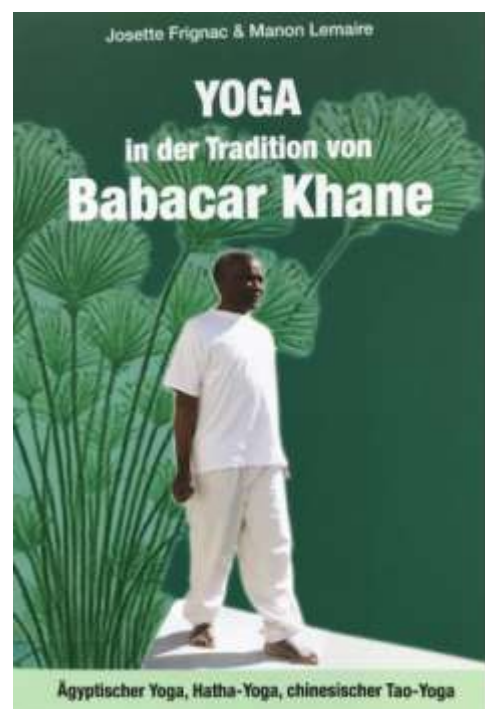
- Anreise : Mittwoch, den 24. Mai zum Abendessen (ab 18.00 Uhr)
- Kursbeginn : Donnerstag, den 25. Mai, nach dem gemeinsamen Frühstück
- Seminarende: Montag, den 29. Mai nach dem Mittagessen

### **Kursgebühren / Person**

#### **Anmeldung bis 20. April 2023**

- Ganzes Seminar : EUR 360,-
- Teilnahme an einzelnen Tagen: EUR 90,-/Tag

#### **Anmeldung ab dem 20. April 2023: + 10 %**



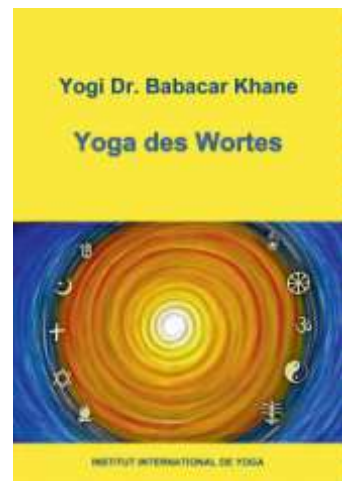
**Unterkunft und Verpflegung / Person**

Übernachtung & Vollpension (vegetarisch, aus biologischem Anbau) pro Person für 5 Tage:

- Einzelzimmer: EUR 480,-
- Großes Doppelzimmer : EUR 420,-
- Kleines Doppelzimmer: EUR 390,-,
- Gruppenzimmer- EUR 340,-,
- Camping mit Zelt EUR 260,-
- Camping mit Wohnmobil EUR 295,-

Vollpension ohne Übernachtung EUR 200,-

Tagespauschale für Seminarteilnehmer ohne Unterkunft / Verpflegung EUR 10,- / Tag



**Anmeldung und Vorauszahlung**

Bitte den Coupon ausgefüllt zurücksenden. Eine Vorauszahlung in der Höhe der Unterkunft und Vollpensionkosten mit dem Vermerk : "Reservierung für das Yoga-Seminar mit Dr. B. Khane" auf das Konto von Humboldt-Haus überweisen :

BIC: GENODES1LEU

IBAN : DE80 6509 1040 0130 5100 09

**Stornierungskosten**

Sehen Sie bitte : <http://www.humboldt-haus.info/anmeldeformular.php5>

**Anmeldung : Zimmerreservierung**

Zum Yoga-Seminar mit Dr. Babacar Khane vom 24. bis 29. Mai 2023 in Achberg-Essersweiler  
*Coupon hier abtrennen und einsenden an: Humboldt-Haus, Panoramastraße 30, D-88147 Achberg.  
 Tel. 08380335 oder +49/8380335 Fax 08380675 oder +49/8380675  
 e-mail : info@humboldt-haus.de*

Name : .....

Adresse : .....

Telefon : ..... e-mail : .....

Anreise erfolgt mit: Auto  / Bahn

Ankunftstag :

Abreisetag :

Zimmerreservierung (alle mit WC/Dusche) :

- Einzelzimmer (nach Möglichkeit)
- Kleines Doppelzimmer
- Großes Doppelzimmer
- Teilnahme ohne Übernachtung (mit Frühstück, Mittagessen und Abendessen)
- Teilnahme nur an einzelnen Tagen :..... Juni 2022
- Camping mit Zelt
- Camping mit Wohnmobil
- Gruppenzimmer (nach Anfrage)

Ich möchte

- vegetarisches Essen
- glutenfreies Essen (Zuschlag : 6 € pro Tag)
- laktosefreies Essen (Zuschlag : 6 € pro Tag)
- veganes Essen

Im Doppelzimmer möchte ich gern mit ..... untergebracht sein.

Eine Vorauszahlung von EUR ..... auf Konto vom Humboldt-Haus :  
 IBAN : DE80 6509 1040 0130 5100 09  
 BIC : GENODES1LEU

mit dem Vermerk : "Reservierung für Yoga-Seminar mit Dr. Khane" wurde überwiesen.

Die Anmeldebedingungen habe ich zur Kenntniss genommen und bin mit ihnen einverstanden.

Datum : ..... Unterschrift

*Die Anmeldung wird nicht bestätigt; jedoch melden wir uns, wenn Ihren Wünschen nicht voll entsprochen werden kann.*

## Anmeldung zum Yoga-Kurs

Coupon hier abtrennen und einsenden an:  
Doris Schaeffer, Veilchenweg 4, D-88085 Langenargen.  
Tél. 075432636 oder 0049/75432636 Fax 0754349178 oder 0049/754349178  
e-mail : [doris.schaefferyoga@web.de](mailto:doris.schaefferyoga@web.de)

Zum Yoga-Seminar mit Dr. Babacar Khane vom 24. bis 29. Mai 2023 in Achberg-Esseratsweiler

Name : .....

Adresse : .....

Telefon : ..... e-mail : .....

- Teilnahme an dem ganzen Seminar  
 Teilnahme nur an den folgenden Tagen: ..... Mai 2023

Datum

Unterschrift

Das Humboldt-Haus liegt - umgeben von Wiesen und Wäldern - auf einer Kuppe der vom Bodensee her sanft ansteigenden Hügellandschaft des schwäbischen Allgäus. Im Süden und Osten schließen jenseits des Sees die Alpen der Schweiz und Österreichs majestätisch den Horizont.

### Anfahrtsbeschreibung

Das "Humboldt-Haus" liegt im Achberger Ortsteil Esseratsweiler.

**Mit der Bahn** bis Lindau/Bodensee oder Wangen/Allgäu, weiter nach Achberg-Esseratsweiler mit Bus oder Taxi.

**Mit dem Auto aus Richtung Schweiz** über die N1 bis Abfahrt Au/Lustenau, über die Grenze den Schildern >LKW-Deutschland< folgen. Nach der Grenze Österreich/Deutschland auf der A96 bis Ausfahrt Weissensberg fahren, dann 2 x Richtung Wangen abbiegen (B 18). Nach ca. 1 km links Richtung Esseratsweiler abfahren. In Esseratsweiler, von der Kirchstraße kommend, über die Kreuzung in der Ortsmitte in die Panoramastraße. Weiter bis zum Humboldt-Haus.

**Mit dem Auto, aus Richtung Ulm** kommend, die A7/A96 bis Abfahrt Weissensberg fahren. Weiter siehe oben.

**Oder via Autobahn Singen:** Richtung Lindau (B31) bis zur Auffahrt Sigmarszell. Dann die A 906 (Richtung München) bis Ausfahrt Weissensberg. Weiter siehe oben.

Sollten Sie sich verfahren, einfach anrufen: 08380/ 335 oder 0049/8380335. Fax 08380/675 oder 0049/8380/675

