



## Oster-Retreat in Bad Wörishofen

mit Möglichkeit zur Einweihung in den Kriya Yoga  
Do, 28. März bis So, 31. März 2024



Swami Mangalananda Giri

Mit Swami Mangalananda Giri  
und den  
Yogacharyas Gerti und Michael Rieser



Yogacharya  
Gerti Rieser

Yogacharya  
Michael Rieser

### PROGRAMM:

**Do, 28. März, 19 Uhr:** Informationsvortrag über Kriya Yoga,  
kostenfrei  
(Ort wird bei Anmeldung bekannt gegeben)

#### Im Haus zum Gugger:

**Fr, 29. März, Karfreitag,**

8:45 Einweihung in den I. Kriya u. Meditation  
ab 12:30 (gemeinsames) Mittagessen, Guggerhaus  
ab 15:30 bis ca. 18 Uhr Erklärung der Technik und Meditation

#### Karsamstag, 30. März

9 bis ca. 10:30 II. Kriya Meditation  
ab 10:45 **Beginn f. Neueingeweihte:** I. Kriya Meditation  
12:30 Mittagessen (in der Bio-Oase),  
Meditativer Spaziergang  
ab 14:30 Erklärung der Technik/Satsang  
16:30 bis ca. 17:45 I. Kriya Meditation

#### Ostersonntag, 31. März

optional: Osternacht mit Osterfeuer  
9:00 I. Kriya Meditation  
anschließend gemeinsamer meditativer  
und kreativer Osterspaziergang  
12:15 Mittagessen (im Guggerhaus)  
14:00 Kriya 1 Meditation  
anschließend variables Programm:  
Satsang oder Q & A  
16:00 bis 17:00 optional: Gospelchor „High Spirits“ (in der Erlöser-Kirche)  
17:30 bis ca. 18:30 Uhr II. Kriya Meditation

Es kann zu Abweichungen kommen!

#### Veranstaltungsort des Seminars:

Haus zum Gugger, Großer Saal, Bachstraße 16, 86825 Bad Wörishofen  
Anmeldung erforderlich!

Organisation(i.A. v. Kriya Yoga): Silke Weiß, [Info@ateliersilkeweiss.de](mailto:Info@ateliersilkeweiss.de), Tel. +49 151 20 68 77 41