



# INITIATIONSWOCHENENDE 1.11. - 3.11.

Eine Reise in die Tiefe Deines Selbsts durch die Natur & die Elemente

Lerne Deine eigene Rituale zu gestalten.  
Entfalte Deine Kreativekraft und Deine Intuition.  
Gemeinsam vorbereiten & gestalten wir ein Neumond  
Ritual, eine Friedensbaumpflanzung & eine  
Wasserzeremonie am See – Wir lernen über die 5  
Elemente, Mantras, die Prana Vayus & vieles mehr

**SCHIEFERPARK LEHESTEN**

Info: [Schieferpark.de](http://Schieferpark.de)

**Naturschutzgebiet Thüringen**

Preis Vollpension 404€ EZ, 382€ DZ, 360€ 3erZ, 350€ 4erZ,  
324€ Camper - Anmeldung : [info@schieferpark.de](mailto:info@schieferpark.de)

Fragen: [marianneilig@hotmail.com](mailto:marianneilig@hotmail.com)

[www.marianneilig.com](http://www.marianneilig.com)



## MARIANNE ILLIG, CAITANYA

Ihre Leidenschaft für Bewegung bzw. für die Harmonie zwischen Körper und Geist leitete Marianne Illig, Caitanya nach einer internationalen Karriere als Tänzerin in die Lehre des Yogas, die sie seitdem im Alltag begleitet.

Caitanya unterrichtet Yoga seit 2014 und mischt intelligent verschiedene Techniken, um eine wohltuende, gesunde Yogapraxis für jedermann anbieten zu können. Sie ist Ausbilderin für Yoga Lehrer und teilt ihr Wissen und ihre Erfahrungen in kreativen Workshops. Was ihr besonders am Herzen liegt, sind die Wissenschaft der Mudras, Pranayama & die Lehre des Raja Yogas.

Caitanya betreibt ausserdem seit 15 Jahren die chinesischen Kampfkünste, und unterrichtet regelmässig QiQong.

Seit 2022 pflanzt sie Friedensbäume und gibt Wasserzeremonien.

Für Caitanya ist Spiritualität auf jede Situation des Lebens anwendbar und nicht auf Übungen oder Zeremonien begrenzt.

Sie macht ihre Praxis zu ihrer Lebensart und wünscht sich zu verkörpern, was sie mit anderen teilt.

Fragen: [marianneillig@hotmail.com](mailto:marianneillig@hotmail.com)

Anmeldung für das Seminar : [info@schieferpark.de](mailto:info@schieferpark.de)

[www.marianneillig.com](http://www.marianneillig.com) - Instagram @marianneillig

Um keinen Termin zu verpassen, kannst Du meinen Kanal auf Telegram abonnieren: <https://t.me/CaitanyaSharings>

SCHIEFERPARK LEHESTEN Alle Info: [Schieferpark.de](http://Schieferpark.de)

« Tagungszentrum Schieferpark - 07349 Lehesten » in Thüringen

Info: [Schieferpark.de](http://Schieferpark.de)

Preise Vollpension 404€ EZ, 382€ DZ, 360€ 3erZ, 350€ 4erZ, 324€ Camper

Es gibt die Möglichkeit am Vortag anzureisen oder den Aufenthalt zu verlängern. Bei der Anmeldung unter [info@schieferpark.de](mailto:info@schieferpark.de) bitte anfragen

## PROGRAMM\*

### FREITAG 1.11.

Vormittag: Ankunft

12Uhr Mittagessen

13Uhr Seminarraum: Begrüssungsrunde, Erklärung & Vorbereitung der verschiedenen Zeremonien, die wir vorhaben

Im Freien: Vorbereitung des "heiligen Raumes"

Schutzkreis aufbauen, Altäre vorbereiten, Loch für den Baum graben...

18Uhr Abendessen

19Uhr Mondgruss - Anschliessend: Entspannung/Yoga Nidra

### SAMSTAG 2.11.

7Uhr Theorie und Praxis über die Prana Vayus, Mantra Gesang

8Uhr Frühstück

9Uhr Friedensbaumpflanzung

12Uhr Mittagessen - PAUSE -

15 Uhr Zeremonie am See mit dem Wasser

18Uhr Abendessen

19Uhr Zusammenkunft im Kreis - Anschliessend Yoga Nidra/Entspannung

### SONNTAG 3.11.

8Uhr Frühstück

9Uhr Vertiefungsarbeit Prana Vayus, Mantra Gesang

Bis 12Uhr Zusammenkunft im Kreis - Abschluss

\*Kurzfristige Programmänderungen sind möglich

### BITTE MITBRINGEN:

Es wäre schön, wenn jeder eine Gabe für jedes Element mitbringt. Als Beispiel ein Stein von Deinem Wohnsitz, eine Flasche Wasser von einem Bach aus Deiner Gegend, eine Feder für das Element Luft, usw.

Warme und wetterfeste Kleidung. Für die Entspannung: Yogamatte, bequeme Kleidung, Kissen, Decke (Decken auch im Hotel vorhanden).

Stift, Papier. Kraftobjekte zum Aufladen auf dem Altar. Rasseln, Trommeln.