

॥ ॐ ॥

# Fluss des Lebens

Marma Energiemassage Fortbildungs Retreat



In der Linie von Dr. Vasant Lad

+43 660 80 79 060  
ayurveda@pankaja.com

Kupelwiesergasse 14/3  
A 1130 Wien

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

PANKAJĀ

Agnes Maria Riegl  
Marma · Yoga · Āyurveda Praktikerin

॥ SA: ॥



## Wir haben alle heilende Hände

Du möchtest eintauchen in die Geheimnisse des Marma?

Sei ein Teil dieses lebensverändernden Retreats in der Gruppe!

Marma Berührung kann ihre volle Wirkung erst entfalten wenn sie tief aus der Ruhe, aus dem Selbst kommt. Diese Marma Reise ist daher eingebettet in die Praktiken der natürlichen Meditation und Tiefenentspannung zur Rückverbindung an das Selbst.

Wir erfahren ausgewählte Marma Schlüsselpunkte der Lebenskraft für Körper, Geist und Seele. So kannst du Wohlbefinden für dich selbst und andere schaffen.

Wenn du mehr über Marma erfahren möchtest [Klick Hier](#)

Mit ihrem Wissen und ihrer Erfahrung kann dich Pankajā kompetent begleiten auf deinem Weg mit Meditation und Marma. [Klick Hier](#) wenn du mehr über sie und ihr Center erfahren möchtest.



## Ablauf Marma Fortbildungs-Retreat



### Einstimmen

Aus dem Ruhen in dir selbst, fühle die Energie des Lebensflusses

- ✦ persönliches Gespräch mit Pankajā live oder online
- ✦ live Modul: 8.-10.11.2024\*
- ✦ 2 online Gruppen-checkings
- ✦ betreute whatsapp Gruppe

\*falls es Teilnehmer\_innen nicht möglich ist zum ersten Termin zu erscheinen wird ein Ersatztermin am 17.-19.01.2025 stattfinden



## Erleben

### Fluss des Lebens, Eintauchen in die Marma Anwendung

5 Wochenend-Module in denen du eingeführt wirst in die Grundlagen und Techniken von Marma, den Polaritätsausgleich nach Dr. Lad, ausgewählte Marma-Punkte von Kopf bis Fuß in Theorie und Praxis. Wir werden eine Verbindung zur Anatomie, den Doshas, Chakras und der spirituellen Dimension der Marmas herstellen. In Reflexions- und Feedback Runden werden wir die Verbindung zu deinen persönlichen Lebensthemen aufdecken und so Blockaden erkennen und auflösen. All dies wird eingebettet in eine tiefgehende gemeinsame Meditations-Praxis und Entspannungsübungen für eine optimale Integration des Erfahrenen.



1. Einführung, Polaritätsausgleich und Haupt-Marmani  
24.-26. Januar 2025
2. Kopf, Gesicht, Hals und Brustkorb  
28. Februar - 2. März 2025
3. Nacken, Bauch und Extremitäten der Körpervorderseite  
4.-6. April 2025
4. Rücken und Extremitäten der Körperrückseite  
25.-27. April 2025
5. Komplette Marma-Anwendung, Chakra-Ausgleich mit Edelsteinen und Stimmgabel  
16.-18. Mai 2025



## Teilnahmebedingungen

Voraussetzung für die Teilnahme ist die regelmäßige Ausübung der hier erlernten Meditations-Praxis. Vorkenntnisse von Anatomie, Ayurveda und Massage sind von Vorteil, aber nicht verpflichtend. Die Ausübung im professionellen Umfeld hängt von der beruflichen Grundlage der Teilnehmenden ab, es wird keine berufliche Berechtigung von Seiten Pankajā Āyurveda gegeben. Es besteht die Möglichkeit beim ÖBA Fortbildungspunkte zu beantragen.



## Individuelle Supervision und Weiterbildung

Nach Abschluss des Fortbildungs Retreats gibt es die Möglichkeit der individuellen Supervision und weiteren Begleitung durch Pankajā. Ebenso wird es 2025 weiterführende Module für Fortgeschrittene geben.



## Kurszeiten

Freitag: 18-21Uhr

Samstag: 9-13Uhr  
14-19Uhr

Sonntag 10-14Uhr

## Preise Artha

Marma Fortbildungs Retreat 2.750.-

Earlybird bis 30. November 2024 2.500.-

10% Rabatt für ÖBA Mitglieder 2.475.-

Frage an für Möglichkeiten bei finanziellen Engpässen.

Wenn du bereits an einem Marma Kurs von Pankajā teilgenommen hast, kannst du an einzelnen Wochenenden zu einem Sonderpreis von 350 Euro teilnehmen.

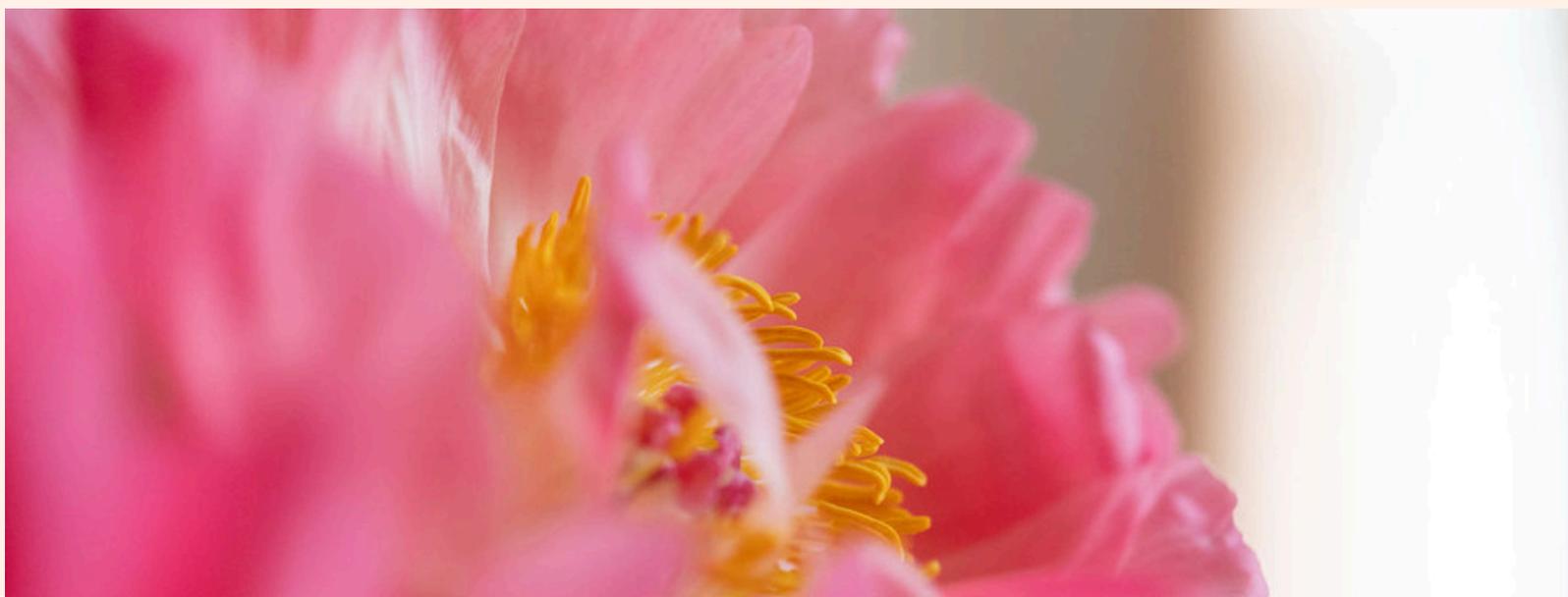
Die angegebenen Preise gelten für 2024 und sind ohne Umsatzsteuer.

Bei einer Buchung ab 1.01.2025 sind 20% Ust. zuzurechnen.

## Stornobedingungen

Aufgrund des intimen Kreises des Fortbildungs-Retreats wird bis 31.12.2024 eine Stornogebühr von 50% des Gesamtpreises verrechnet.

Danach ist keine Refundierung oder Gutschrift möglich.





## Weitere wichtige Inos

Ausbildungsort ist das Pankajā Center in der Kupelwiesergasse 14/3. Bitte warte mit deinen Reisebuchungen und sonstigen Entscheidungen ab, bis das Stattfinden des Marma Fortbildungsretreats bestätigt wurde (Spätestens 31.12.2024). Bei einem nicht zustande kommen werden bereits getätigte Zahlungen, mit Ausnahme von 500 Euro für das Einstimmungs-Wochenende refundiert.

Geübt wird am Boden auf Matratzen oder an Massagebänken. Bitte gib bescheid wenn du lieber an einer Massagebank arbeitest oder es dir nicht möglich ist am Boden zu arbeiten.

**Melde dich bei allen  
Fragen direkt bei mir!**

Kontaktier mich auch gerne wenn du an Marma für deine Panchakarma-kur, oder Angeboten zu Vorträgen oder Seminaren an deiner Schule oder Institution interessiert bist.



© Fotos Katharina Axmann

+43 660 80 79 060  
ayurveda@pankaja.com

Kupelwiesergasse 14/3  
A 1130 Wien

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

**PANKAJĀ**

Agnes Maria Riegl  
Marma · Yoga · Āyurveda Praktikerin