

Golden India

Mit Yoga von Delhi durch den Punjab bis nach Amritsar

Als Atma Singh und ich im **Oktober 2017** die erste Kundalini Yoga Reise nach Indien angeboten haben, wussten wir noch nicht, dass sich daraus eine feste Institution entwickeln würde.

Wir hatten einfach die Vision interessierte Menschen mit „Mother India“, den Wurzeln der Kundalini Yoga Tradition und dem Goldenen Tempel in Amritsar zu verbinden. Die Reisen sollten so beschaffen sein, dass man Indien sicher, unter Anleitung eines erfahrenen Teams und ohne gesundheitliche Risiken erleben kann.

Da Atma Singh nicht jede Reise begleiten konnte, hat die 3HO Akademie diese wunderbare Tradition bis heute fortgesetzt.



Umso mehr freuen wir uns, dieses Jahr im Oktober wieder eine gemeinsame Reise mit Atma Singh und mir anbieten zu können.

Natürlich hat sich seit 2017 eine Menge verändert. Jeder kann dies spüren.

Und so haben wir gemäß unserer

Vision, dir einen lebendigen und persönlichen Bezug zum Goldenen Tempel zu ermöglichen, dieses Mal eine Reise ausgearbeitet, die besonders „entschleunigt“ und dennoch „erfahrungsreich“ werden soll.

Wir haben unsere Tour in drei große Blöcke von jeweils 4 Tagen aufgeteilt. 3+1 Tag in **Delhi** als Start- und Abschlusspunkt unseres gemeinsamen Abenteuers. Nach einem kurzen Zwischenstopp in **Kurukshetra**, folgen 4 Tage in **Anandpur Sahib**, einer Region, die in der Sikh Tradition Geschichte geschrieben hat. Als krönenden Abschluss erlebst du vier Tage und Nächte in **Amritsar** mit dem Goldenen Tempel und seiner besonderen Energie.



Durch diese Aufteilung kannst du an jedem Ort wirklich ankommen und die besonderen Qualitäten, die er dir schenken möchte, tiefgreifend auf dich wirken lassen. Gleichzeitig können wir dir in dieser Struktur mehr Freiräume zum eigenen Fühlen und Entdecken geben. Letztendlich wird die Tour auf diese Weise übersichtlicher und dadurch auch entspannter.

Lass dich überraschen, was du so in deiner eigenen Geschwindigkeit und mit dem Segen von Mother India erleben wirst.

Freu dich auf täglich mindestens eine vollständige Kundalini Yoga Kriya. Zusätzlich sind je nach Ort und Situation kleine Austauschrunden vorgesehen, die dein Wissen um Indien, die Kundalini Yoga Tradition und die Zahlenlehre des Karam Kriya vertiefen werden.



Alles ist professionell organisiert und wir haben gute Hotels.

Egal, ob dies dein erster Indienbesuch wird oder du einfach wieder nach Indien zurückkehren möchtest... diese Reise ist für dich.



Wir haben den Reiseternin bewusst in die Zeit der **Herbstferien in Niedersachsen, NRW, Rheinland-Pfalz, Saarland, Sachsen-Anhalt und Bremen** gelegt.

Es ist unser Geschenk alle Lehrer/innen im öffentlichen Schuldienst.

Vielleicht auch für dich.

Also komm doch einfach mit!

Vielleicht spürst du schon den Ruf des Goldenen Tempels und die Freude, Indien sicher und in einer lebendigen yogischen Gemeinschaft zu erleben.

Wir versprechen dir eine ganz besondere Zeit.

Sat Nam, Namaste und Grüße von Herzen

Atma Singh und Michael Hübener



Hier unser Reiseplan im Detail:

Fr. 10. Okt. 2025: Unsere Reise beginnt. Je nach Wohnort, fährst du am Nachmittag mit dem Zug nach Frankfurt, um sicher zu stellen, dass du den interkontinentalen Flug am Samstag zuverlässig und entspannt erreichst.

Zum Übernachten empfehlen wir das Best Western Hotel Frankfurt Airport.

So hast du kurze Wege und kannst den Flughafen am nächsten Morgen per S-Bahn in wenigen Minuten erreichen.

ÜN/Fr.: Best Western Hotel Frankfurt Airport,

<https://www.bestwestern.de/hotels/Frankfurt/Best-Western-Hotel-Airport-Frankfurt/hotel>

Diese Nacht ist noch nicht im Reisepreis enthalten, denn wenn du sicher bist, dass du den Frankfurter Flughafen am Samstag bis spätestens 9:00 Uhr erreichst, kannst du die Nacht natürlich auch zuhause verbringen.

Sa. 11. Okt. 2025: Pünktlich um 9:00

Uhr trifft sich die Gruppe am Schalter von Air India im Abflugbereich des Frankfurter Flughafens. Atma Singh wird dort bereits auf dich warten. Wir empfehlen den Flug **Air India AI2026**. **Er startet um 12:10 Uhr** von Frankfurt nach Delhi. Da es ein bequemer Tages-Direktflug ist, bist du infolge der Zeitverschiebung schon um 23:45 Uhr in Delhi.

Jetzt bist du in Indiens Hauptstadt.

Nachdem du deinen Koffer vom Band

gefischt hast und sich die letzte automatische Tür geöffnet hat, wird dich Michael und das Team von Discovery Journeys - unseres Reiseveranstalters in Indien - am

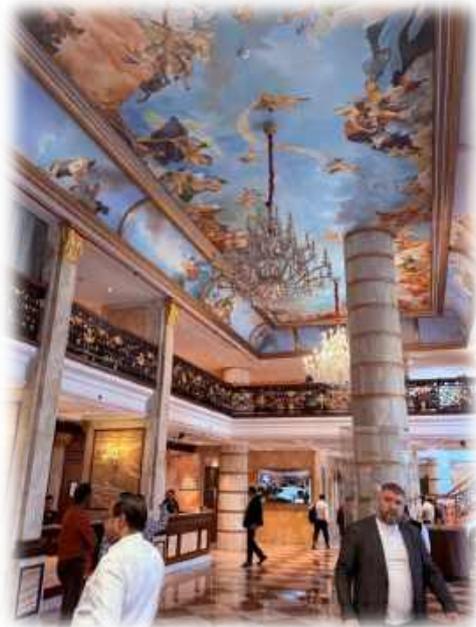
Flughafen begrüßen und in unser elegantes Hotel bringen. Jetzt heißt es erst einmal Ankommen und Ausschlafen.

ÜN/Fr. Hotel The Royal Plaza**, Delhi**

<https://www.hoteltheroyalplaza.com/>

So. 12. Okt. 2025: Wunderbar, ein ganzer Vormittag nur für dich! Nach dem Frühstück kannst du dich am Pool unseres Hotels mitten im grünen Delhi entspannen.

Um 14:30 Uhr laden wir dich zu unserem Begrüßungstreffen ein, mit dem wir die Reise offiziell beginnen. Hier lernst du auch Danveer, unseren indischen Reisebegleiter, kennen. Um ca. 17:00 Uhr brechen wir dann zu unserer ersten gemeinsamen Yoga Stunde in einem von Delhi's schönsten Parks auf.





Hier kannst du Yoga mit Blick auf den Präsidenten Palast praktizieren.-)

Danach treffen wir uns zum Abendessen in einem „richtig indischen“ Restaurant.

ÜN/Fr./Dinner: **Hotel The Royal Plaza****, Delhi**



Mo. 13. Okt. 2025: Heute ist unser Sightseeing Tag in Delhi. Nach dem Yoga auf der Terrasse unseres Hotels und einem großen Frühstücksbuffet hast du noch ein wenig Freizeit. Um 11:00 Uhr fahren wir dann mit unserem eigenen Bus zum **Gurudwara Bangla Sahib**. Es ist Delhi's größter und schönster Gurudwara. Er steht für den spirituellen Beginn unserer Reise. Danach erweisen wir **Mahatma Gandhi** im Raj Ghat mit der ewigen Flamme unsere Ehrerbietung und genießen etwas Ruhe unter den Bäumen des herrlichen Parks.

Ein besonderes Highlight ist dann der Besuch des **Akshardham Tempels**. Für Viele ist dies Delhis schönster Tempel. Wir werden auf dem Tempelgelände zu Abend essen und danach die beeindruckende Wassershow genießen, bevor uns unser Bus zurück ins Hotel bringt.

ÜN/Fr: **Hotel The Royal Plaza****, Delhi**



Di. 14. Okt. 2025: Nach der Yoga Stunde und einem leckeren Frühstück starten wir um 10:30 Uhr zu unserer ersten Überlandfahrt. Unser Ziel ist **Kurukshetra**, der Schauplatz des großen Kampfes in der Bhagavad Gita. Man kann die Energie dieser zur damaligen Zeit größten Schlacht in der indischen Geschichte heute noch deutlich spüren. Doch bevor wir dieses geschichtsträchtige Feld betreten, wollen wir uns in unserem Hotel, noch ein wenig

frisch machen. So können wir den heiligen Bereich des riesigen Sees, der noch immer das Schlachtfeld „kühlt“, gegen 17:00 Uhr in der goldenen Abendsonne erleben. Eventuell wird dort auch eine kleine Austauschrunde stattfinden und wir werden gemeinsam Meditieren.

ÜN/Dinner/Fr.: Hotel Comfort Inn ***, Tararori,
www.comfortinnkarnal.com

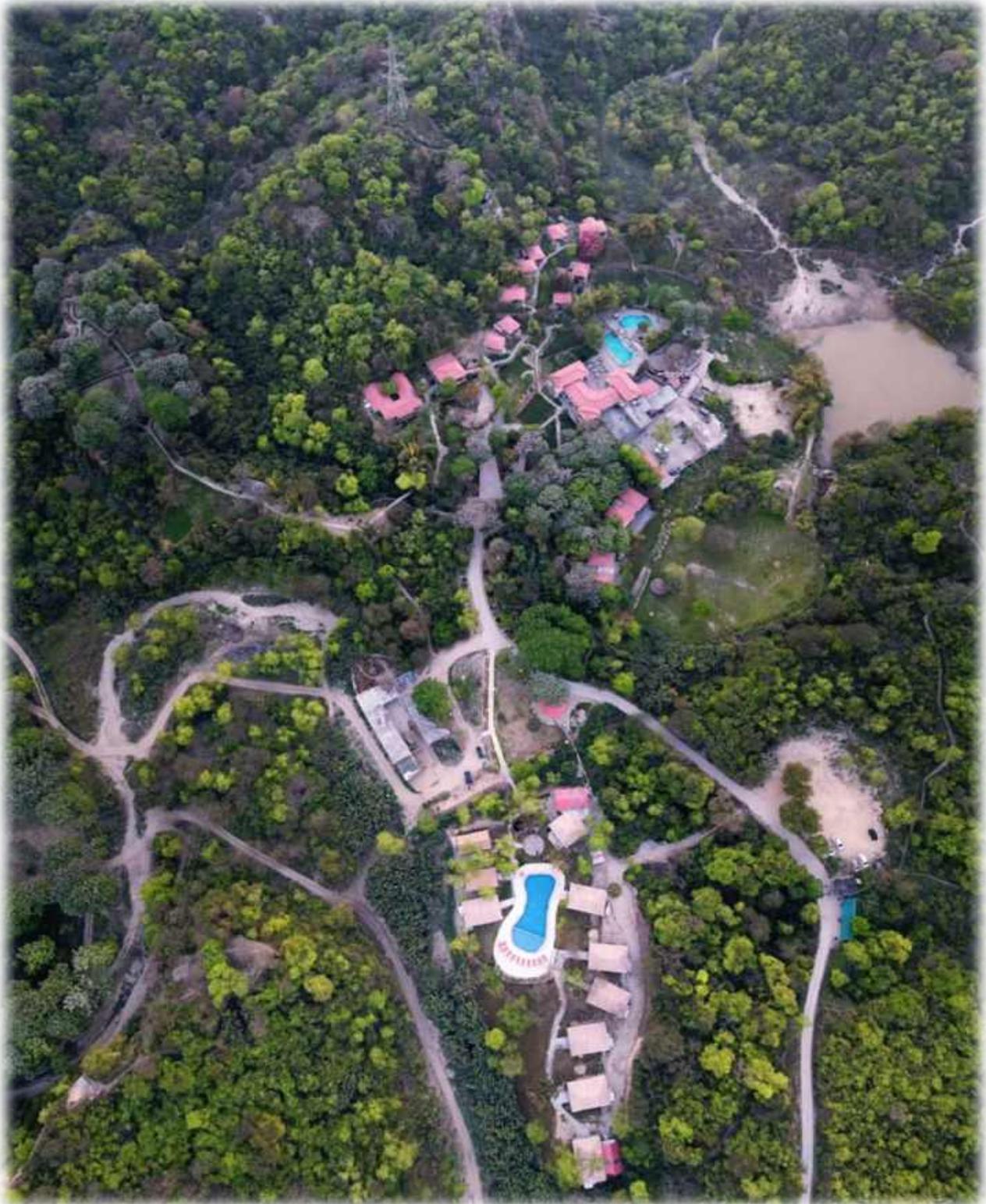
Mi. 15. Okt. 2025: Nach dem Morgenyoga und Frühstück startet unser Bus wieder so gegen 10:30 Uhr zur nächsten Etappe. Jetzt liegen nur noch etwa 5 Stunden Fahrt vor uns und wir erreichen das nächste große Ziel: **Anandpur Sahib**. Hier wollen wir in einem Resort am Rande eines Naturschutzgebietes vier wunderbare Tage und Nächte verbringen.

ÜN/Dinner: Hotel The Kikar Lodge ****, Ropar
<https://www.thekikarlodge.com>



Do. 16. Okt. 2025: Da vielleicht einige unserer Gäste diese Indien Reise als ihren Jahresurlaub buchen, haben wir den gesamten heutigen Tag zur individuellen Gestaltung und Erholung vorgesehen. Freu' dich auf zwei vollständige Yoga Kriyas, evtl. auch eine Karam Kriya Beratung und viel entspannte Zeit an einem der Pools unseres Resort Hotels.

ÜN/Fr/Dinner: Hotel The Kikar Lodge ****, Ropar



Fr. 17. Okt. 2025: Nach dem Morgen Yoga und Frühstück geht es heute direkt nach **Anandpur Sahib**. Die Stadt ist nicht sonderlich groß. Dennoch wurde hier Sikh



Geschichte geschrieben. Am 13. April 1699 gründete Guru Gobind Singh hier die Khalsa, die Gemeinschaft der Sikhs. Als Erinnerung daran, besuchen wir das **Sikh Heritage Museum** Virasat-e-Khalsa.

Es ist ein imposantes Gebäude in dem die Geschichte der Sikhs sehr anschaulich dargestellt wird. Auch der größte Tempel der Stadt **Gurudwara Takht Sri Keshgarh Sahib** steht heute auf unserem Programm. Und vielleicht schauen wir uns zum Abschluss auch noch im **Damesh Sadan**, dem Haus von Yogi Bhajan, ein wenig um. Es wird auf jeden Fall ein bunter und interessanter Tag werden.

ÜN/Fr/Dinner: Hotel The Kikar Lodge ****, Ropar

Sa. 18. Okt. 2025: Heute ist noch einmal ein Ruhetag in der Kikar Lodge eingeplant. Wähle selbst, wie du diesen Tag gestalten möchtest. Wie wäre es z.B. mit einer Dschungel Wanderung in der Abendsonne, oder einer Zip-Line Fahrt über unser Resort oder einfach ein paar Stunden mit einem guten Buch am Pool.



ÜN/Fr/Dinner: Hotel The Kikar Lodge ****, Ropar



So. 19. Okt. 2025: Heute starten wir die nächste Etappe unserer Reise.

Das Ziel heißt **Amritsar!**

Da uns die tägliche Yoga Einheit am Morgen und auch eine entspannte
Frühstückszeit „heilig“ sind, startet unser Bus wie gewohnt um 10:30 Uhr.

Nach maximal 6 Stunden inklusive verschiedener Pausen werden wir dann in
unserem Hotel nahe der Altstadt von Amritsar eintreffen.

Jetzt bist du im Zentrum der Sikh Kultur.

Nimm dir ein wenig Zeit zum Ankommen.



Nach dem Abendessen schlendern wir gemeinsam durch die wunderschön
beleuchtete Fußgängerzone von Amritsar und dann wirst du „ihn“ zum ersten Mal
erleben: Den **Goldenen Tempel!**

Lass die Atmosphäre dieser wunderschönen Anlage in deiner ersten Meditation mit
Blick auf den Hari Mandir tief in dein Nervensystem sinken.

In den kommenden Tagen wirst du den Goldenen Tempel zu verschiedenen
Tageszeiten immer wieder neu erleben.

ÜN/Dinner: Hotel Ramada Amritsar ****,

<https://www.wyndhamhotels.com/ramada/amritsar-india/ramada-amritsar/overview>

Mo. 20. Okt. 2025: Der heutige Tag ist vollständig dir und dem Goldenen Tempel
gewidmet. Du wirst eine fundierte Einweisung in das großflächige Areal erhalten und
dann begib dich auf deine ganz eigene Erlebnisreise in der Atmosphäre des
Tempels. Vielleicht ist es eine vorsichtige erste Begegnung mit diesem besonderen
Ort oder ein vertrautes Wiedererkennen oder gleich ein nach Hause kommen...

Zum Mittagessen laden wir dich in die Langar (Essenshalle) des Goldenen Tempels ein.



Hier werden täglich mehrere Zehntausend Essen kostenlos ausgegeben. Jeder ist willkommen, egal wer du bist oder woher du kommst. Alle Gäste sitzen gleichberechtigt in langen Reihen auf einem Teppich direkt auf dem frisch gewischtem Boden. Immer wieder wird nachgereicht. Du darfst so viel essen, bis du glücklich und satt bist.

Wer mag, kann im Anschluss ein wenig Seva-Dienst in der

Spülküche leisten. Wir zeigen dir, wie das geht, denn auch das ist ein Erlebnis!

Danach finde deinen persönlichen Lieblingsplatz mit Blick auf den Goldenen Tempel. Werde still oder sprich dein persönliches Gebet ...



Wenn du möchtest, folge uns schon am Nachmittag über die recht schmale Brücke direkt in das Innerste des Goldenen Tempels. Der Weg wird ein wenig Zeit benötigen, denn das Warten in der fast endlosen Schlange der Pilger ist ein wichtiger Teil des Rituals. Im eigentlichen „Sanctum“ hast du soviel Zeit wie du möchtest, um zu Meditieren, oder einfach zu genießen. Ein ständiger Fluss von schweigenden Menschen bewegt sich durch das Tempelinnere, während die Musiker ihre

traditionellen Bajans singen. Du wirst erstaunt sein, wie klein und gleichzeitig „kuschelig“ es im heiligen Bereich des Goldenen Tempels ist. Auch die Dachterrasse solltest du besuchen. Viele unserer Reiseteilnehmer/innen finden es hier an der frischen Luft besonders schön.

Wann immer du möchtest kannst du selbstständig in unser Hotel zurückzukehren. Zum gemeinsamen Abendessen ist die Gruppe dann wieder vereinigt.

ÜN/Fr/Dinner: Hotel Ramada Amritsar ****

Di. 21. Okt. 2025: Nach dem Morgenyoga und Frühstück bist du absolut frei, den



Tag so zu gestalten, wie es sich für dich richtig anfühlt.

Einfach am Pool „abhängen“, eine wenig Shoppen gehen und die Altstadt von Amritsar auf eigene Faust erkunden... alles ist möglich.

Für diejenigen, die mehr Programm möchten, werden wir am späten Vormittag einen Besuch der **Miri Piri Akademie** anbieten.

Dies ist eine von Yogi Bhajan gegründete Schule. Kinder und junge Menschen aus aller Welt können hier eine Ausbildung erhalten und gleichzeitig in die Sikh Tradition hineinwachsen.



Traditionell werden wir als Besuchergruppe nach einer geführten Tour durch die Schulgebäude vom Lehrerkollegium zum Mittagessen eingeladen.

Auf dem Rückweg nach Amritsar werden wir dann noch zwei Stopps anbieten, um Andenken oder Kleidung zu shoppen.

ÜN/Fr/Dinner: Hotel Ramada Amritsar ****

Mi. 22. Okt. 2025: Heute fahren wir mit unserem Bus nach **Sultanpur Lodhi**. Dieser Ort, an dem Guru Nanak erleuchtet und als spiritueller Meister wie neu geboren aus dem Fluss gestiegen ist, nimmt ebenfalls einen ganz zentralen Platz in der Sikh Tradition ein.

Hier gibt es gleich eine ganze Reihe von Gurudwaras, die sich mit großen Terrassen direkt am heiligen Fluss Kali Bein entlang ziehen.

Wenn die Gruppe möchte, besuchen wir den Gurudwara

Ber Sahib. Hier befindet sich der Baum unter dem Guru Nanak regelmäßig

meditierte, bevor er eines Morgens im Fluss verschwand.

Zwei Tage später stieg er dann flussaufwärts völlig verwandelt wieder aus den Fluten. An dieser Stelle etwas außerhalb der Stadt, befindet sich eine kleine Ufer-Terrasse, an der uns Atma Singh eine Austauschrunde zur Lebensgeschichte von Guru Nanak anbieten wird. Natürlich wird es hier auch Zeit zum eigenen Fühlen oder Meditieren geben, bevor wir in der Gurudwara Sant Ghat unseren Besuch von Sultanpur Lodhi abschließen.

ÜN/Fr/Dinner:

Hotel Ramada Amritsar ****



Do. 23. Okt. 2025: Nach dem Morgen-Yoga und Frühstück hast du Raum, dich auf deine ganz eigene Art von Amritsar zu verabschieden. Vielleicht magst du noch ein Bad im heiligen Wasserbecken des Goldenen Tempels nehmen. Oder du entspannst dich einfach im Hotel, bevor uns unser Bus um ca. 13:15 Uhr zum Sri Guru Ram Das Ji International Airport Amritsar bringt.

Um **16:15 Uhr** startet unser Flug **Air India AI482** mit dem wir um 17:35 Uhr in **Delhi** landen.



Hier haben wir dir ein Zimmer in einem Hotel nahe dem Flughafen reserviert. Nach dem gemeinsamen Abschieds-Dinner freu dich auf eine erholsame Nacht.

ÜN/Fr: Hotel Ashok Country Resort ***, Delhi <https://ashokcountryresorts.com/>

Fr. 24. Okt. 2025: Nach dem letzten gemeinsamen Frühstück und einer kleinen Abschiedszeremonie beginnt um ca. 10:00 Uhr unser Transfer zum Indira Gandhi International Airport Delhi. Nach dem Einchecken, hast du sicher noch Zeit für ein paar Einkäufe, denn Delhis Flughafen ist ein Shopping Paradies.



Bitte sei bitte pünktlich am Abflug-Gate, denn um **13:40 Uhr** fliegen wir mit **Air India Flug AI2029** zurück nach Frankfurt. Auch hier haben wir wieder eine bequeme Tages-Direktverbindung für dich vorgesehen, so dass du schon um 18:55 Uhr wieder in Frankfurt landest.

Je nachdem wo du wohnst, schaffst du es evtl. sogar noch bis nach Hause.

Wenn nicht, buche dir eine entspannte Nacht in dem gleichen

Hotel direkt am Flughafen, in dem wir unsere Reise begonnen haben.

So schließt sich der Kreis und du wirst ausgeruht und erholt am nächsten Morgen in den Zug steigen.

Sa. 25. Okt. 2025: Jetzt bis du wieder zuhause! Wie fühlt es sich an, wieder in Deutschland zu sein?

So. 26. Okt. 2025: Du hast noch den ganzen Tag, um dich zu erholen, den Jetlag zu verdauen und an das deutsche Klima zu gewöhnen.

So wirst du am **Mo. den 27. Okt. 2025** ausgeruht und voll schöner Erinnerungen an deinen Arbeitsplatz zurückkehren.



Anmeldung und Gebühren:

Diese Reise ist eine gute Gelegenheit, Indien sicher und unter fachkundiger Anleitung zu erleben. Deine Gesundheit ist uns wichtig und wir werden alles tun, damit du gesund und voll guter Erfahrungen heimkehrst.

Auf der gesamten Tour wohnen wir überwiegend in Hotels 4**** Sterne Kategorie mit gehobenem europäischem Standard. Das macht die Reise auf den ersten Blick zwar etwas teurer, hat aber den großen Vorteil, dass du dich von Anfang an geborgen und gut versorgt fühlst. So kannst du dich der spirituellen Seite Indiens schneller und leichter öffnen.

Damit du diese besondere Reise auch finanziell stemmen kannst, ist der Bezahlvorgang in mehrere Schritte aufgeteilt.



Schritt 1: Melde dich mit dem beigefügten Anmeldeformular an. Zeitgleich zum Erhalt deiner Anmeldebestätigung ist als Erstes eine **Gebühr von 390,- €** fällig. Dies ist der Energieausgleich den Atma Singh und Michael Hübener für die Organisation und Durchführung der Reise erhalten. So hast du deinen Platz verbindlich gesichert.

Schritt 2: Triff dich mit der Gruppe auf einer **speziell angesetzten Zoom Konferenz**, um alle Reisedetails und die entsprechenden Flüge abzustimmen. Wir empfehlen für den Hin- und Rückflug ab / bis Frankfurt die im Reiseplan aufgeführten Direktflüge mit Air India. Andere Flugverbindungen sind nach Absprache natürlich auch möglich. Wenn du magst, kannst du direkt nach der Zoom Konferenz deinen Flug buchen.

Schritt 3: Der eigentliche Reisepreis geht an unseren lokalen Veranstalter Discovery Journeys India.

Wenn du magst kannst du ihn in zwei Raten bezahlen.

Die erste Rate über 690,- € solltest du bitte **bis 15. August 2025** auf unser deutsches Konto überweisen. Wir werden sie an Discovery Journeys India, den Veranstalter unserer Reise, weiterleiten.

Den Restbetrag von 2000,- € zahlst du am **12. Oktober 2025** in bar oder per Kreditkarte nach deiner Ankunft in Delhi direkt an unseren indischen Reiseveranstalter.

Wenn es für dich einfacher ist, kannst du die Ratenhöhe auch individuell festlegen, oder den **Gesamtbetrag von 2690,- €** nach deiner Ankunft in Delhi bezahlen.

Nach vollständiger Bezahlung erhältst du von Discovery Journeys India einen Beleg, der die Reise als **Fortbildungsveranstaltung für aktive Yoga Lehrer/innen** ausweist.



Neben den eigentlichen Reisekosten fällt für diese Reise ein Energieausgleich von 390,- € / Person, für die Organisation und Durchführung der Reise an.

Du bekommst hierüber einen Beleg, der auch gleichzeitig als **Anmeldebestätigung** dient und deinen Platz verbindlich sichert.



Im Reisepreis enthalten sind alle Übernachtungen in Hotels der 3*** bis 4**** Kategorie, tägliche Frühstücksbuffets, hochwertige Transportmittel mit Fahrer und Assistenten, die Kosten für Danveer Singh (Bild), unseren indischen Betreuer, Kosten für Motor- und Fahrrad-Rikshas, Airport Transfers, Eintrittsgelder, Tempelspenden etc.

Die **Abendessen** (Dinner) nehmen wir meist bequem in unserem Hotel ein (dann sind sie wie im Programm aufgeführt im Reisepreis enthalten) oder wir gehen gemeinsam in einem netten Restaurant

„außer Haus“ essen (dann zahlst du separat entsprechend deiner Bestellung).
Zusätzliche Mahlzeiten und Getränke übernimmst du selbst.

Einzelzimmer können für die gesamte Reise mit einem **Zuschlag von 970,- €** gebucht werden.

NICHT im Reisepreis enthalten sind die **Kosten für Flugtickets**, denn diese variieren je nach Buchungszeitpunkt deutlich. Rechne mit ca. 1100 € bis 1300 € für alle Flüge zusammen. Je früher du dich entscheidest, desto günstiger sind erfahrungsgemäß die Flugtickets.

Die Reise findet statt, sobald sich **mindestens 9** Personen angemeldet haben. Maximal können **15 Teilnehmer/innen** mitreisen.

Um den Ausfall der Reise aufgrund von Krankheit, familiärer Situationen oder politischer Veränderungen abzusichern, empfehlen wir eine Reise-Komplettversicherung wie du sie im Internet oder auf www.oneness-reisen.de findest. Michael berät dich gerne.

Da die Reise **innerhalb der deutschen Herbstferien** stattfindet - was auch in Indien eine beliebte Reisezeit ist - sind die für die Reise vorgesehenen **Flüge sehr gefragt!!**

Wenn du mit uns mitkommen möchtest, empfehlen wir **die Reise möglichst umgehend** zu buchen.

Nur so können wir deinen Platz für dich freihalten.

Obendrein bekommst du dadurch die günstigsten Flugtickets.



Reiseleitung und Begleitung:

Wann immer du uns brauchst, sind wir mit Herz und Hand für dich da.



ATMA SINGH ist hauptberuflicher Yogalehrer, Karam Kriya Berater und -Ausbilder, Kundalini Yoga Leadtrainer, Familienvater, sowie Gründer des Adi Shakti Zentrums für Yoga & Selbstheilung in Göttingen und des Kriya Instituts für Beratung & Bewusstseinsentwicklung.

Er fokussiert und kanalisiert die spirituelle Energie dieser Reise, gestaltet die gemeinsame Yoga- und Meditationspraxis und teilt inspirierendes Wissen mit uns.

www.kriya-institut.de



und **MICHAEL HÜBENER**, langjähriger Kundalini Yoga und Karam Kriya Praktizierender, TM Meditations-Lehrer, Advanced Oneness Trainer... und als Seminar- und Reiseleiter seit mehr als 25 Jahren regelmäßig in Indien unterwegs...

Michael ist mit seinen Reisebüro- und Indienkenntnissen für die Vorbereitung, Organisation und Reiseleitung vor Ort verantwortlich.

www.oneness-reisen.de

Bei Fragen helfen wir gern.

Atma Singh, info@kriya-institut.de, Tel. 0176-84300482

Michael Hübener, info@oneness-reisen.de, Tel. 0170-8655928

Wir freuen uns auf eine wunderbare Zeit mit dir.

Sat Nam, Namaste und herzlich willkommen.

Atma Singh und Michael Hübener

Anmeldung

Mit Yoga durch den Punjab bis nach Amritsar Okt. 2025

Hiermit melde ich mich verbindlich für die von Atma Singh (Florian Harazim) und Michael Hübener begleitete 13-tägige Gruppenreise an und buche die **Tour vom 11. bis 24. Oktober 2025.**

Der **Reisepreis von 2690,- €** ist zahlbar an Discovery Journeys India in Delhi / Indien. Ratenzahlung möglich.



Hinzu kommt der **Energieausgleich von 390,- € pro Person für Atma Singh und Michael Hübener**, zahlbar an Michael Hübener.

Meine persönlichen Daten:

Vorname

Nachname

Straße

PLZ / Ort

Telefon

Handy

E-Mail-Adresse

Geburtsdatum

Ich möchte auf der gesamten Tour im **EZ** wohnen. **Zuschlag 970,- €**

Eine Person und Telefonnummer, die im Notfall benachrichtigt werden soll:

Ort, Datum Unterschrift

Ergänzende Hinweise und Rücktrittsbedingungen:

Dies ist eine betreute Gruppenreise, die mit viel Engagement professionell vorbereitet und durchgeführt wird. Ziel ist es, durch neue Eindrücke deinen Horizont zu erweitern und dein Bewusstsein für bisher unentdeckte Kulturen und Erfahrungsräume zu öffnen. Alles ist individuell geplant und auf die Gruppe abgestimmt. Der Gruppenprozess und die Anbindung an die Gruppe sind essenzieller Bestandteil der Reise. Individuelle Aktivitäten sind mit der Gruppenleitung abzusprechen. Die Gruppenleitung ist berechtigt, Teilnehmer/innen, die den Gruppenprozess wiederholt stören, ohne Erstattungsanspruch und auf eigene Kosten nach Hause zu schicken. Rechne mit einer Gruppengröße zwischen 10 und 15 Personen.

Unser Kooperationspartner und **lokaler Veranstalter der Punjab YOGA Tour Oktober 2025** ist die Firma DISCOVERY JOURNEYS INDIA PVT. LTD., 402, Tower 2, DLF Corporate Greens. Southern Peripheral Rd, Sect 74 A, Gurugram, Haryana 122004 (New Delhi NCR), India, Tel: +91 124 5180960, Mobil: +91 9910068601 info@discoveryjourneysindia.com www.discoveryjourneysindia.com

Vermittler und organisatorischer Begleiter der Indien Reise vor Ort ist MICHAEL HÜBENER, Wallaustr. 1, 55118 Mainz, Tel. 0170-8655928, info@oneness-reisen.de www.oneness-reisen.de

Spirituelle Begleiter und Lehrer dieser Tour ist ATMA SINGH, Florian Harazim, Lehmkuhle 21, 37130 Gleichen, Tel: 0176-84300482 E-Mail: info@kriya-institut.de, www.kriya-institut.de

Mit deiner Buchung gehst du einen **Reisevermittlungsvertrag** ein. Wir werden nach Buchungseingang dein Zimmer in den angegebenen Hotels plus die entsprechenden Transportleistungen verbindlich buchen und entsprechende Kostenzusagen leisten.

Bei Reiserücktritt innerhalb der letzten 4 Monate vor Reisebeginn sind 25 % des Reisepreises fällig, innerhalb der letzten 2 Monate vor Reisebeginn sind 50 % des Reisepreises fällig und innerhalb der letzten 4 Wochen vor Reisebeginn sind 90 % des Reisepreises als Ausfallleistung zu zahlen, da Zimmer, Verkehrsmittel langfristig verbindlich gebucht sind. Du kannst einen Ersatzteilnehmer nennen, der deinen Platz übernimmt. Dann fallen nur 70,- € Umbuchungsgebühr an.

Nach deiner Buchung erhältst du wertvolle Tipps zum Reiseverlauf, zur Vorbereitung, zu Impfungen, Gesundheitsvorsorge, Kleidung etc. Die Gruppe wird im Vorfeld der Reise durch **Zoom Konferenzen** zusammengeführt.

Jeder Reiseteilnehmer ist für sein Reisegepäck und seine Gesundheit selbst verantwortlich. Aufgrund der intensiven Vorbereitung und Betreuung der Gruppe ist das gesundheitliche Risiko deutlich geringer als bei einer individuellen Indien Reise. Zur Abdeckung der Kosten des Reiserücktritts und einer medizinischen Versorgung im Ausland empfehlen wir eine **Reise-Komplettversicherung**, wie sie z.B. auch Michael auf www.oneness-reisen.de im Internet anbietet.

Programmänderungen und Nutzung anderer Unterkünfte entsprechend der Situation vor Ort, vorbehalten.

Wie alle indischen Reiseunternehmen ist unser Veranstalter Discovery Journeys India, **in keiner Weise haftbar** für Verlust, Bruch oder Diebstahl persönlicher Gegenstände, witterungsbedingte Schäden, gesundheitliche Schäden, Unfälle, Tierbisse, Verspätungen, politische Aufstände, Streiks oder jegliche anderen unvorhersehbaren Ereignisse. In all diesen Situationen werden wir unser Bestes geben, dich als unsere(n) Reiseteilnehmer/in bestmöglich zu unterstützen und entsprechend zu schützen.

Diesen Anmeldebogen **bitte ausdrucken, vollständig ausfüllen und zurücksenden** an:
Michael Hübener, Wallaustr. 1, 55118 Mainz, Germany

Du kannst auch einen Scan oder ein Foto des ausgefüllten Anmeldebogens per E-Mail senden an: M.Huebener@web.de

Direkt nach Eingang deiner Anmeldung werden wir uns mit dir in Verbindung setzen, um alle weiteren Schritte zu besprechen. Namaste und schön, dass du dabei bist.