



LÄNDERWOCHE DEUTSCHLAND-ÖSTERREICH MIT PARAMAHAMSA VISHWANANDA IN SRI VITTHAL DHAM

TAG 1 – MONTAG, 2. OKTOBER

- 14:00 Uhr Ankunft, Check-In
- 11:00 – 20:00 Uhr Registrierung für die Länderwoche (Eingangshalle Rezeption)
- 15:00 – 16:30 Uhr **SVD-Tour mit Swami Madhava und Rishika Kalyanishwari**
Begrüßung Guruji
- 17:00 – 17:50 Uhr **OM Chanting (Tulsi Devi-Raum)**
- 18:15 – 18:45 Uhr Abendessen
- 19:00 – 20:35 Uhr Abendgebete, Guru Pada Abhishekam, Bhajans/Mantra, Arati, Mukunda-Mala-Stotram, Shayan Arati (Tempel)
- 20:45 – 21:45 Uhr **Willkommensrunde mit Swami Madhava und Rishika Kalyanishwari (Rukmini-Raum)**

TAG 2 – DIENSTAG, 3. OKTOBER

- 06:00 – 06:15 Uhr **Geführte Babaji Surya Namaskar-Praxis (mit YuM-Team, Rukmini-Raum)**
- 06:00 – 07:15 Uhr **Babaji Surya Namaskar-Workshop (mit Tilakadasi, Tulsi Devi-Raum)**
- 06:15 – 06:50 Uhr **Geführte Atma Kriya Yoga-Praxis (mit YuM-Team, Rukmini-Raum)**
- 07:00 – 08:10 Uhr Morgengebete (Tempel)
- 08:30 – 09:00 Uhr Frühstück
- 09:00 – 09:30 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
- 09:45 – 11:15 Uhr **Bhakti Grundlagen Teil 1 – für Anfänger**
Grundlagen des Hinduismus (mit HariHaraananda, Tulsi Devi-Raum)
- 09:45 – 11:15 Uhr **Entdecken der Śāstren Teil 1 – für Fortgeschrittene**
Die Bhagavad Gītā (mit Swami Madhava, Rukmini-Raum)
- 11:00 – 12:00 Uhr Pause – Ranganath-Strandcafé geöffnet
- 12:00 – 13:00 Uhr **Hingebungsvolle Künste – 2,5-Std.-Workshops mit Mittagspause**
a) Ind. Bhajan-Sing-Kurs (+15€) (mit Jyotika, Tulsi Devi-Raum)
b) Mridanga-Kurs (mit ManjulaDasi, Saraswati-Raum)
c) Manjira-Kurs (mit Musik-Team D/Ö, Lakshmi-Raum)
d) Malmeditations-Workshop *Ashta Lakshmi – 8 Formen/Aspekte der Göttlichen Mutter* (mit Chinachailini Dasi & Maltee, Babaji-Raum)
- 13:00 – 13:45 Uhr Mittagessen
- 13:30 – 14:00 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
- 13:30 – 14:30 Uhr Pause – Ranganath-Strandcafé geöffnet
- 14:30 – 16:00 Uhr **Fortsetzung Workshops Hingebungsvolle Künste**
- 16:00 – 17:00 Uhr Pause – Ranganath-Strandcafé geöffnet
- 17:00 – 17:50 Uhr **OM Chanting (Tulsi Devi-Raum)**
- 18:15 – 18:45 Uhr Abendessen
- 18:30 – 19:00 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
- 19:00 – 20:35 Uhr Abendgebete, Satsang Rishika Kalyanishwari, Arati, Mukunda-Mala-Stotram, Shayan Arati (Tempel)
- 19:15 – 20:15 Uhr **Yajna für den österreichischen Ashram (mit Swami Madhava, Yajna-Shala)**
- 20:45 – 22:00 Uhr **Darshan-Musikprobe (mit Shreedhari, ManjulaDasi und Tripurasundaridasi, Lakshmi-Raum)**
- 20:45– 22:00 Uhr **Satsang & Austausch mit den SVD-Bewohnern (Rukmini-Raum)**



TAG 3 – MITTWOCH, 4. OKTOBER

- 06:00 – 06:15 Uhr [Geführte Babaji Surya Namaskar-Praxis \(mit YuM-Team, Rukmini-Raum\)](#)
06:15– 06:50 Uhr [Geführte Atma Kriya Yoga-Praxis \(mit YuM-Team, Rukmini-Raum\)](#)
07:00 – 08:10 Uhr Morgengebete (Tempel)
08:30 – 09:00 Uhr Frühstück
09:00 – 09:30 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
09:45 – 11:15 Uhr [Bhakti Grundlagen Teil 2 – für Anfänger](#)
Grundlagen des Vaishnavismus (mit Janani, Tulsi Devi-Raum)
09:45 – 11:15 Uhr [Entdecken der Śāstren Teil 2 – für Fortgeschrittene](#)
Die Guru Gītā (mit Rishika Kalyanishwari, Rukmini-Raum)
11:00 – 12:00 Uhr Pause – Ranganath-Strandcafé geöffnet
12:00 – 12:50 Uhr [OM Chanting \(Tulsi Devi-Raum\)](#)
13:00 – 13:45 Uhr Mittagessen
13:30 – 14:00 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
15:00 Uhr *Länder-Satsang & Länder-Darshan mit Paramahansa Vishwananda (Tempel)*
18:15 – 18:45 Uhr Abendessen
18:30 – 19:00 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
19:00 – 20:35 Uhr *Abendgebete, Guru Gita-Satsang, Arati, Mukunda-Mala-Stotram, Shayan Arati (Tempel)*
21:00 – 22:00 Uhr [Devotees teilen: Story-Sharing / Geschichten mit Guruji \(Rukmini-Raum\)](#)

TAG 4 – DONNERSTAG, 5. OKTOBER

- 06:00 – 06:15 Uhr [Geführte Babaji Surya Namaskar-Praxis \(mit YuM-Team, Rukmini-Raum\)](#)
06:15– 06:50 Uhr [Geführte Atma Kriya Yoga-Praxis \(mit YuM-Team, Rukmini-Raum\)](#)
07:00 – 08:10 Uhr Morgengebete (Tempel)
08:30 – 09:00 Uhr Frühstück
09:00 – 09:30 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
09:45 – 11:15 Uhr [Bhakti Grundlagen Teil 3 – für Anfänger](#)
Wissenswertes über Guruji & Bhakti Marga (mit Kanchani, Tulsi Devi-Raum)
09:45 – 11:15 Uhr [Entdecken der Śāstren Teil 3 – für Fortgeschrittene](#)
Das Śrīmad Bhāgavatam (mit Swami Madhava, Rukmini-Raum)
11:00 – 12:00 Uhr Pause – Ranganath-Strandcafé geöffnet
12:00 – 13:00 Uhr [Erlebnisvorträge Yoga & Meditation](#)
a) [Projekt Mantra – für Einsteiger \(mit Tilakadasi & Kamala, Tulsi Devi-Raum\)](#)
b) [Yoga-Erlebnisvortrag – für Kriya-Yogis \(Rukmini-Raum\)](#)
13:00 – 13:45 Uhr Mittagessen
13:30 – 14:00 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
13:30 – 14:30 Uhr Pause – Ranganath-Strandcafé geöffnet
14:30 – 16:00 Uhr [Workshop Hingebungsvolle Künste \(+15€\)](#)
Kathak-Tanz – für Anfänger (mit Jyotika, Rukmini-Raum)
14:30 – 16:00 Uhr [Yoga & Meditation \(Parikrama um den See\)](#)
Japa in der Stille – für alle (Treffpunkt Eingangshalle Rezeption)
16:00 – 17:00 Uhr Pause – Ranganath-Strandcafé geöffnet
17:00 – 17:50 Uhr [OM Chanting \(Tulsi Devi-Raum\)](#)
18:15 – 18:45 Uhr Abendessen
18:30 – 19:00 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
19:00 – 20:35 Uhr *Abendgebete, Sri Vishwananda Chalisa, Arati, Mukunda-Mala-Stotram, Shayan Arati (Tempel)*
21:00 – 22:00 Uhr [Für Interessierte: Informationen über die Devotee-Einweihung \(mit Swami Madhava, Tulsi Devi-Raum\)](#)



TAG 5 – FREITAG, 6. OKTOBER

- 06:00 – 06:15 Uhr Geführte Babaji Surya Namaskar-Praxis (mit YuM-Team, Rukmini-Raum)
06:15 – 06:50 Uhr Geführte Atma Kriya Yoga-Praxis (mit YuM-Team, Rukmini-Raum)
07:00 – 08:10 Uhr Morgengebete (Tempel)
08:30 – 09:00 Uhr Frühstück
09:00 – 09:30 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
09:45 – 11:15 Uhr **Bhakti Grundlagen Teil 4 – für Anfänger**
Praktische Anwendung von Gurujis Lehre – unsere Sadhanas der 4 Arme
(mit Rishika Kalyanishwari, Tulsi Devi-Raum)
09:45 – 11:15 Uhr **Entdecken der Śāstren Teil 4 – für Fortgeschrittene**
Die 6 Glieder Śaraṇāgati (mit Swami Madhava, Rukmini-Raum)
11:00 – 12:00 Uhr Pause – Ranganath-Strandcafé geöffnet
12:00 – 13:00 Uhr Workshops Vedische Zeremonien & Rituale – 2,5-Std.-Workshop mit Mittagspause
(*Kurse mit Teil 1 & 2 sind **zweitägig!**)
a) Puja-Kurs für Anfänger (mit Rishika Kalyanishwari, Tulsi Devi-Raum)
b) Abhishekam-Kurs Teil 1* (mit Roshni, Narayana-Raum)
c) Yajna-Kurs Teil 1* (mit Janani, Rukmini-Raum)
d) Blumengirlanden-Kurs (+15€ Materialkosten, mit Charucharitrini, Blumen-Raum unter dem Annapurna-Speisesaal)
13:00 – 13:45 Uhr Mittagessen
13:30 – 14:00 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
13:30 – 14:30 Uhr Pause – Ranganath-Strandcafé geöffnet
14:30 – 16:00 Uhr Fortsetzung Workshops Vedische Zeremonien & Rituale
16:00 – 17:00 Uhr Pause – Ranganath-Strandcafé geöffnet
17:00 – 17:50 Uhr **OM Chanting** (Tulsi Devi-Raum)
18:15 – 18:45 Uhr Abendessen
18:30 – 19:00 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
19:00 – 20:35 Uhr Abendgebete, Bhajans/Mantra, Arati, Mukunda-Mala-Stotram, Shayan Arati (Tempel)
21:00 – 23:00 Uhr **Cocktail-Abend mit Bhajan-Live-Musik im Ranganath-Strandcafé**

TAG 6 – SAMSTAG, 7. OKTOBER

- 06:00 – 06:15 Uhr Geführte Babaji Surya Namaskar-Praxis (mit YuM-Team, Rukmini-Raum)
06:15 – 06:50 Uhr Geführte Atma Kriya Yoga-Praxis (mit YuM-Team, Rukmini-Raum)
08:15 – 08:45 Uhr Frühstück
08:30 – 09:00 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
09:00 – 10:30 Uhr Morgengebete mit Sri Vishnu Sahasranama (Tempel)
10:30 – 11:30 Uhr Pause – Ranganath-Strandcafé geöffnet
11:30 – 12:30 Uhr **Länderteam-Präsentation Deutschland & Österreich mit Rishika Kalyanishwari und Shabnadas** (Rukmini-Raum)
13:00 – 13:45 Uhr Mittagessen
13:30 – 14:00 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
13:30 – 14:30 Uhr Pause – Ranganath-Strandcafé geöffnet (bis 17:00 Uhr)
14:30 – 16:00 Uhr Workshop Hingebungsvolle Künste
Sri Yantra-Malmeditation – für Anfänger (mit Chinachailini Dasi, Wintergarten)
14:30 – 16:00 Uhr Workshops Vedische Zeremonien & Rituale
a) Sanskrit Chanting-Kurs für Anfänger (mit Rishika Kalyanishwari, Tulsi Devi-Raum)
b) Abhishekam-Kurs Teil 2* (mit Roshni, Narayana-Raum)
c) Yajna-Kurs Teil 2* (mit Janani, Yajna-Shala)



- 17:00 – 17:50 Uhr OM Chanting (Tulsi Devi-Raum)
18:15 – 18:45 Uhr Abendessen
18:30 – 19:00 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
19:00 – 20:35 Uhr Abendgebete, Bhagavad Gita-Satsang, Arati, Mukunda-Mala-Stotram, Shayan Arati (Tempel)
20:45 – 22:30 Uhr Filmabend mit Popcorn & Snacks im Shiva-Auditorium

TAG 7 – SONNTAG, 8. OKTOBER

- 06:00 – 06:15 Uhr Geführte Babaji Surya Namaskar-Praxis (mit YuM-Team, Rukmini-Raum)
06:15 – 06:50 Uhr Geführte Atma Kriya Yoga-Praxis (mit YuM-Team, Rukmini-Raum)
08:15 – 08:45 Uhr Frühstück
08:30 – 09:00 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
09:00 – 10:30 Uhr Morgengebete mit Vishnu-Padam-Segen, Sri Vitthala Rukmini Shipivishta Pada-Segen und Altar-Parikrama (Tempel)
10:30 – 11:30 Uhr Pause – Ranganath-Strandcafé geöffnet
11:45 – 12:45 Uhr Abschiedsmeeting mit Swami Madhava und Rishika Kalyanishwari (Rukmini-Raum)
13:00 – 13:45 Uhr Mittagessen
13:30 – 14:00 Uhr Seva-Zeit (Abwasch, Tische abwischen, Boden kehren, Flur saugen)
13:30 – 17:00 Uhr Pause – Ranganath-Strandcafé geöffnet
Abreise