

**SEMINARORT:**

EPI Park, Südstrasse 120, CH-8008 Zürich  
Der Seminarraum befindet sich im Gründungshaus.

**Anfahrt mit ÖV:**

Siehe [www.sbb.ch](http://www.sbb.ch) und [www.zvv.ch](http://www.zvv.ch). Hinweis: Das neue Tramnetz Süd bringt ab 2026 zusätzliche Verbindungen.

**Anfahrt mit Auto:**

Bitte beachten, dass die Parkgebühren nur bargeldlos bezahlt werden können. Folgende Zahlungsmittel werden unterstützt: TWINT, Parkingpay oder EasyPark. Für jede Parkdauer - auch bei der Nutzung der kostenlosen ersten 30 Minuten - ist eine Anmeldung mit Autokennzeichen über die angegebenen Parking Apps oder über TWINT direkt bei Ankunft obligatorisch. Die Rezeption der Klinik Lengg unterstützt bei Bedarf gerne. Weitere Informationen zu Anreise und Parkgebühren, siehe [www.swissepi.ch](http://www.swissepi.ch).

Das Mittagessen (auch vegan) kann im hausinternen Restaurant (Selbstbedienung) eingenommen werden. Dafür ist keine Anmeldung notwendig.

**BLUMENBESTELLUNGEN:**

Wir empfehlen die Gärtnerei der EPI-Klinik. Bitte Blumen bis Montag vor dem Seminar bestellen: [floristik@swissepi.ch](mailto:floristik@swissepi.ch) oder Tel. +41 44 387 62 71. Bitte angeben, dass die Blumen für das Kriya Yoga Seminar bestimmt sind und am Mittwochnachmittag mit eurem Namen beschriftet in den Parksaal geliefert werden sollen.

**UNTERKUNFT:**

Die Teilnehmenden sorgen selber für ihre Unterkunft. Übernachtungsmöglichkeiten sind auf der Webseite angegeben: [www.kriya.ch](http://www.kriya.ch) > Seminare > 14. - 16. Mai - Zürich > Übernachtungsmöglichkeiten.

«yogaś citta-vṛtti-nirodhaḥ.

Yoga ist jener innere Zustand, in dem die seelisch-geistigen Vorgänge zur Ruhe kommen.»

Patañjali Yoga Sutra I.2



2. / 3. Kriya Yoga  
mit Kripanandamoyima

14. - 16. Mai 2026  
in CH-Zürich

## 2. / 3. KRIYA YOGA SEMINAR

14. - 16. Mai 2026 in CH-Zürich

### **DONNERSTAG, 14. MAI 2026 (AUFFAHRT)**

08:30 Uhr Türöffnung  
09:00 Uhr Einweihung in den 2. Kriya (nur für Teilnehmende, die von Kripanandamoyima persönlich eingeladen wurden, oder bereits eingeweihte Kriyabans)

Mittagessen

14:00 Uhr Erklärung der 2. Kriya Technik. Die Teilnahme ist fester Bestandteil der Einweihung. Teilnahme nach Wunsch für bereits eingeweihte Kriyabans.

15:30 Uhr Meditation ab 2. Kriya Stufe (Ende ca. 18:00 Uhr)

Anschliessend nach Wunsch gemeinsames Abendessen.

### **FREITAG, 15. MAI 2026**

08:30 Uhr Türöffnung  
09:00 Uhr Meditation ab 2. Kriya Stufe und Fragenbeantwortung

Mittagessen

14:00 Uhr Feuerzeremonie

15:30 Uhr Meditation ab 2. Kriya Stufe (Ende ca. 18:00 Uhr)

Anschliessend nach Wunsch gemeinsames Abendessen.

### **SAMSTAG, 16. MAI 2026**

08:30 Uhr Türöffnung  
09:00 Uhr Philosophie mit Satyamitrananda (Christophe Steiger),  
Kosten: Euro / CHF 20, bitte nicht mit den Seminargebühren, sondern bar vor Ort bezahlen, bzw. via Twint: +41 (0)76 822 18 07.

10:15 Uhr Meditation ab 2. Kriya Stufe

Mittagessen

14:00 Uhr Meditation ab 3. Kriya Stufe (Ende ca. 16:00 Uhr)

Für Kriyabans, welche neu eingeweiht werden, ist die Teilnahme an mindestens drei 2. Kriya Meditationen sowie an der Feuerzeremonie notwendig.

### **AUSKUNFT:**

Marlies Brännhage, Telefon: +41 (0)44 912 29 20, Mobil: +41 (0)79 318 65 82  
E-Mail: marlies.braennhage@kriya.ch.

### **MITNEHMEN:**

Bequeme Kleidung (z.B. Trainer), warme Socken, Matte, Kissen oder Meditationsbank bzw. -sitz mit Lehne (Wandplätze können nicht garantiert werden). Der Raum hat einen Linoleumboden. Es stehen keine Matten oder Kissen zur Verfügung.

### **ANMELDUNG:**

Anmeldung bis spätestens eine Woche vor Seminarbeginn.

Bitte nach Möglichkeit über die Website: [www.kriya.ch](http://www.kriya.ch) > Seminare, oder per Post oder telefonisch an: Isabelle Glur, Almastrasse 18, CH-8708 Männedorf,  
Telefon: +41 (0)44 501 49 31, E-Mail: [isabelle.glur@kriya.ch](mailto:isabelle.glur@kriya.ch).

Schriftliche Anmeldungen bitte mit folgenden Angaben: Adresse, Telefon, Kriya Stufe; Teilnahme am ganzen Seminar oder an welchen Meditationen sowie Abendessen Donnerstag, ja/nein; Abendessen Freitag, ja/nein.

### **SEMINARLEITUNG UND KONTAKT FÜR PERSÖNLICHE FRAGEN:**

Kripanandamoyima (Barbara Glauser-Rheingold)  
Alte Landstrasse 131b, CH-8702 Zollikon,  
Telefon: +41 (0)43 499 66 27, E-Mail: [kripanandamoyima@kriya.ch](mailto:kripanandamoyima@kriya.ch)

### **SEMINARKOSTEN:**

- einzelne Meditationen: Euro / CHF 38  
- Einweihungen, siehe separates Informationsblatt

Überweisung spätestens 1 Woche vor Kursbeginn, bitte mit Angabe des Seminarortes, Name(n) des/der Teilnehmenden per E-Banking auf folgendes Konto:  
Barbara Glauser-Rheingold, Alte Landstrasse 131b, CH-8702 Zollikon  
Zürcher Kantonalbank, CH-8010 Zürich, IBAN: CH17 0070 0113 5000 0396 9  
zusätzlich für internationale Überweisungen: BIC (Swift) ZKBKCHZZ80A

Es besteht die Möglichkeit, finanzielle Unterstützung für Kursbeiträge, Unterkunft und Reise bei Kriya Charity zu beantragen: [www.kriya.ch](http://www.kriya.ch) > Kriya Charity oder durch die Seminarorganisation. Bitte Gesuche mindestens 2 Wochen vor dem Seminar einsenden.