



Madhuha Brünjes – 50 Jahre leben mit Yoga

Tag der offenen Tür am Samstag, 28. Juni 2025



*Glückwunsch
von der
Yoga-Therapie-
Gruppe*

Ergotherapie
Mechtild Langhoff

**Psychosomatik,
Neurologie, Pädiatrie,
Handchirurgie**

Praxis für
Ergotherapie

Mechtild Langhoff
Fabrik Sonntag 4b
79183 Waldkirch
tel. 0 76 81 - 4 93 49 33
info@ergotherapie-langhoff.de
www.ergotherapie-langhoff.de

**Wir bewirten Sie
am Donnerstag, 26. Juni
Konzert Maharaj Trio**

CRÊPES & APÉRO
atelier sucré-salé

**Süße & herzhafte
Crepes und Kaffee,
mobil auch bei Ihrer
Veranstaltung.**
Tel. 0177-4459854
crepes-apero.de



Yoga Zentrum in Waldkirch – Eine Erfolgsgeschichte

50 Jahre Leben mit Yoga – Tag der offenen Tür am Samstag, 28. Juni, in Waldkirch

Waldkirch (db). Das Yogazentrum in Waldkirch, am Fuße des Kandels, in lichtvollen Räumlichkeiten, ist im 15. Jahr seiner Gründung und überzeugt mit hoher Qualität durch langjährige Kurse und den gut ausgebildeten und selbstständig tätigen Kursleiter/innen.

Eine von ihnen, Ute Eichele ist seit Anbeginn mit Kundalini Yoga dabei. Viele andere wurden an der integrierten Yoga Vedanta Schule ausgebildet. Die Kursteilnehmenden sind sehr dankbar für die Qualität,



**Alles Gute
zum 50-jährigen
Jubiläum**

Wunsch
kreativ in Grün

Erst sehen was sich machen lässt – dann machen was sich sehen lässt!

Wir gratulieren ganz herzlich zum 50-jährigen Jubiläum

Wunsch Kreativ in Grün
Schlossbergstraße 7
79183 Waldkirch
Telefon 0 76 81 / 71 69
info@wunsch-gartentraeume.de
www.wunsch-gartentraeume.de



Helle und freundliche Räume mit Blick auf den Kandelwald.

Fotos: Veranstalter

den lebendigen Unterricht, die Kontinuität und Ruhe, die sie in den Kursen erleben können. Denn „in der Ruhe liegt die Kraft, aus der wir schöpfen können. Für diejenigen, die es intensiver wünschen, gibt es verschiedene andere Yoga-Stile u.a. Ashtānga Yoga, Intensiv yoga etc. Philosophisch anregende Themen sind immer mit dabei.

Hoher Stellenwert

Hier im Elztal sind Teilnehmer/innen seit drei Jahrzehnten dabei und halten Madhuha Brünjes die Treue, der im Jahr 1993 bei der AOK in der „Fabrik Sonntag“ mit seinen Yogakursen begann. Somit schließt sich der Kreis mit der Gründung des Yoga Zentrum Waldkirch auf dem Gelände von „Fabrik Sonntag“. In dieser Zeit kamen die Teilnehmer in den Genuss der von Brünjes entwickelten rückengerechten Yogapraxis, da der Rücken eines der meist bekanntesten Problematiken darstellt. Yoga hat inzwischen einen hohen Stellenwert in der Gesundheitsprävention der Gesellschaft. Die Ausbildung an der Yoga Vedanta Schule (YVS) sind den Anforderungen des GKV Spitzenverbandes angepasst. Somit wird die Qualität der Yogalehrenden (YVS) von den Krankenkassen anerkannt. Einige wie auch Brünjes sind dem Hansefit und Well Hub angeschlossen.

Mit seiner Frau Astrid Fischer leitet Brünjes das Zentrum und sie haben auch die Yogatherapie und die Yoga Klang Therapie entwickelt, die mit einem Dozententeam zusammen gelehrt wird. In den Therapien werden den Teilnehmern individuell angepasste Asanas vermittelt. In Verbindung mit Atemtechniken (z.B. die Tiefenatmung) und Klang, Meditation und Entspannung.



50 Jahre leben mit Yoga.

Auch eine typengerechte Ayurveda Praxis wird unterrichtet. Somit werden die Teilnehmer/innen ganzheitlich begleitet und da abgeholt, wo sie stehen, mit all ihren Stärken und Einschränkungen. „Yoga auf dem Stuhl“ ist ein neues Angebot. Jede/r findet im eigenen Atem Rhythmus, den für sich geeigneten Yoga Stil.

Harmonie des Klangs

Dem Klang wird auch eine besondere Bedeutung beigemessen, da der Klang eine beruhigende und spannende Wirkung hat. Hier können Brünjes /Fischer auf eine reichhaltige Palette von Klanginstrumenten zurückgreifen, wie zum Beispiel Klangschalen, Gongs, Klangspiele, Hand Pan, Sonic Tonic, akustische Instrumente wie die Ocean Drum mit Meeresrauschen usw. Auch auf einer Klangliege kann man auf Klangreise gehen. Auf elektronische Geräte wird verzichtet. Auch weiterhin werden Ausbildungen zur Yogalehrfähigkeit 640 UE, Kinderyoga-Ausbildung 66 UE, Yogatherapie mit



Ruhe und Kraft.

integrierter Yoga- Klangtherapie 300 UE angeboten. Die Yoga Chakra - Klangwoche vom 24. bis 29. Juli 2025, ist auch separat buchbar.

Workshops und Seminare

Viele interessante Workshops und Seminare gab es in der Vergangenheit mit Referenten, auch aus dem Ausland mit den Themen „Ayurveda“, die „Kunst der Kommunikation“, „Dharma - meine Lebensaufgabe“, „Philosophie“, „Reinkarnation“, Körperarbeit sowie Aufstellungen. Musikveranstaltungen, wie Mantra Konzerte mit verschiedenen Musikern, fanden statt. Indische Weise kamen auch in das Yogazentrum zu Besuch, die auf den zahlreichen Indienreisen kennengelernt wurden.

Zum Thema Ernährung gab es auch köstliche vegetarische Kochkurse, die das Ehepaar Brünjes/Fischer in der AOK-Seminar Küche leiteten. Auch weiterhin sind Seminare, Workshops und Mantra Singen geplant. Ein Singkreis mit Birgit Rieke findet regelmäßig statt, bei dem jede/r mitmachen kann.

Verbindung zu sich selbst

Wichtig ist es, Yoga auf alltags-taugliche Weise anzuwenden, denn Yoga heißt Verbindung zu sich selbst, mit den Menschen, den Tieren, Pflanzen und der ganzen Umwelt, in der wir leben. Dies betreffen auch die Ökologie und die Ökonomie. Yoga ist somit ganzheitlich und das Yogazentrum Waldkirch steht wie ein Leuchtturm im Elztal für die Wellen und Stürmen des Lebens. Weitere Informationen: www.yogazentrum-waldkirch.de

Wir wünschen alles Gute zum Jubiläum und allen Besuchern am Tag der offenen Tür schöne Stunden.
Das Team der Kandel-Apotheke



Ulrike Sohst
Fabrik Sonntag 5a
79183 Waldkirch
Tel. 0 76 81 / 49 25 250
Fax 0 76 81 / 49 25 260

sohst@kandelapotheke.de
www.kandel-apothen.de

Gratulation von Yogalehrer/innen

Sandra Kohnen
Melitta Kromer
Achim Schlager
Elisabeth Nagler
Priska Winterhalder
Elvira Roth-Kabus
Christina Bauch
Claudia Schwörer
Melanie Lamm
Rita Prick
Gertrude Wolfgang
Karin Uma Heck
Caroline Marx
Ilona Ade
Johanna Funcke
Raimund Klingler
Karin Hin
Annette Fehrenbach

Tanja Jacobi
Karen Rahner
Monica Fazzari
Carolina Santamaria
Karin Tortrotau
Ursula Jalbala
Blumenschein
Cristina Charrua
Regula Buschmann
Thuy-Hang Willmann
Katharina Strate
Elke Oberland
Irina Meier
Ellen Sauer-Groß
Tanja Sum-Bojarski
Silvia Wieber

und viele mehr ...

MAHARAJ TRIO
INDIAN CLASSICAL & WORLD MUSIC

DO 26.06.2025
KULTURKATHEDRALE WALDKIRCH
FABRIK SONNTAG HAUS 2

EINLASS: 18:30 UHR BEGINN: 19:00 UHR
EINTRITT: 20,00 € ERMÄSSIGT: 15,00 €

PLATZRESERVIERUNG:
TELEFONISCH: 0 768 1 / 49 26 897 UND 0 151 / 26 196 499
PER E-MAIL: INFO@YOGA-ZENTRUM-WALDKIRCH.DE

MEHR INFORMATIONEN UNTER:
WWW.YOGA-ZENTRUM-WALDKIRCH.DE UND WWW.MAHARAJTRIO.COM



Madhuha Brünjes – 50 Jahre leben mit Yoga

Tag der offenen Tür am Samstag, 28. Juni 2025



„50 Jahre leben mit Yoga“

Das bewegte und erfüllte Leben von Madhuha R. Brünjes

Waldkirch (db). Das Leben von Madhuha R. Brünjes ist geprägt und erfüllt durch Yoga und Philosophie. Seit 1975 hat ihn Indien in seinen Bann gezogen. Eingeweiht als Wandermönch in der Bhakti Yoga-Tradition (der Weg des Herzens) lebte er zehn Jahre in Ashrams in Indien, Europa und Amerika.

Er widmete sich dem Studium der vedischen Schriften und der Bhagavad Gita, der indischen Bibel. Die auch von vielen berühmten Philosophen wie Wilhelm von Humboldt, Arthur Schopenhauer, Albert Schweitzer, Mahatma Gandhi und vielen mehr studiert wurde und aus dem Sanskrit übersetzt wurde. Seine Yoga-Ausbildung absolvierte er 1974/75 bei Carola Waterman aus Indien in der Geisselhart Schule in Stuttgart. In Indien hat Brünjes an verschiedenen Yoga-Schulen vertiefende Yogaausbildungen absolviert. In Indien begegnete er vielen Yogis, Sadhus, Gurus und ayurvedischen Ärzten. Viele waren seine Lehrer und es entstanden auch tiefe Freund-



Astrid Fischer und Madhuha R. Brünjes. Foto: Veranstalter

schaften. In dieser Zeit fanden auch die ersten Yogakurse in Kasernen und Turnhallen statt.

Ruhe und Kraft

Nach seiner Mönchszeit gründete er eine Familie und ein Yogazentrum in den Bergen der norditalienischen Alpen und lehrte auch weiterhin in Deutschland in vielen Städten an der VHS und im Auftrag der Krankenkas-

sen Yoga. In den Seminarräumen konnten die Menschen Kraft und Ruhe tanken.

Herzensprojekt

In der Herz- und Lungenklinik Königsfeld begleitete Brünjes drei Jahre lang als Yogalehrer das Projekt der Ornish Studie mit Herzpatienten unter der Leitung von Prof. Dr. Larry Scherwitz. Dies war ein einmaliges Projekt innerhalb Deutschlands. Dem amerikanischen Arzt und Wissenschaftler Dr. Dean Ornish gelang 1990 der Nachweis, dass koronare Herzkrankheiten unter anderem mit Hilfe eines umfassenden Yoga-Programms zurückgebildet werden können.

Weg führte ins Elztal

Doch sein Weg führte ihn weiter ins Elztal, wo er schon mittlerweile über 30 Jahre Yoga unterrichtet und gründete mit seiner Frau Astrid Fischer die Yoga Vedanta Schule (2008) und das Yoga Zentrum in Waldkirch (seit 2011) leitet und dort lebt. Sein Buch „Leben mit Yoga“ (www.leben-

mit-yoga-buch.de), das aus den Erfahrungen mit seinem zahlreichen Kursteilnehmern entstand, bildet die Grundlage für die Yogaausbildungen an der Yoga Vedanta Schule (YVS).

Tradition und Moderne

Ganz wichtig ist ihm, die Traditionen des Yoga mit der Moderne zu verbinden, d.h. auch die Erkenntnisse der Medizin und Wissenschaft zu integrieren. Auch die über 5.000 Jahre alte Philosophie des Yoga und des Ayurveda alltagstauglich zu vermitteln und im Alltag zu leben. Es geht um die Essenz und auch die Parallelen der zeitlosen Weisheiten zu ergründen.

Treffen ohne zu zielen

Auch seit über 30 Jahren lehrt er die Kunst des intuitiven Bogenschießens im Elztal sowie in Frankreich und Italien. Seit dieser Zeit reist er auch regelmäßig mit seinen Yoga-Gruppen nach Indien. Eine Broschüre entstand im Jahr 2004 „Intuitives Bogenschießen - Treffen ohne zu zielen“ (GFT-Verlag).

Konzert mit „Maharaj-Trio“ aus Indien

In der Kulturkathedrale Waldkirch „Fabrik Sonntag Haus 2“ – Vorverkauf für 26. Juni läuft

Waldkirch (db). Anlässlich des 50-jährigen Jubiläums von Madhuha R. Brünjes („Yoga Zentrum Waldkirch“), Yogalehrer, Ausbilder und Autor des Buches „Leben mit Yoga“

findet am Donnerstag, 26. Juni ein indisches Konzert mit der bekannten Gruppe „MAHARAJ TRIO“ aus der heiligen Stadt Varanasi in Waldkirch statt.

Das Konzert „Indian Classical & World music“ in der Kulturkathedrale Waldkirch (Fabrik Sonntag, Haus 2) beginnt um 19 Uhr, Einlass ab 18.30 Uhr. Kartenreservierungen unter Tel. 07681/4926897 und 0151/26196 499 oder per Mail an: info@yoga-zentrum-waldkirch.de Infos: www.yoga-zentrum-waldkirch.de oder www.maharaj-trio.com

Preisgekrönte Musiker

In 15. Generation besteht die Musikerfamilie „Maharaj Trio“ aus Varanasi, einer der heiligsten und ältesten Städte der Welt an den Ufern der Ganges. Der Vater Pandit Vikash ist einer der weltbesten Sarod Spieler (die Sarod ist ursprünglich ein aus Afghanistan stammendes Saiteninstrument). Seine drei Söhne sind preisgekrönte Musiker. Der älteste Sohn Prabhash (Tabla), der mittlere Sohn Vishal, als Special Guest, die Sarod/Vocal und der jüngste Sohn Abhishek (Sitar) lernen seit Kindesbeinen an, die Instrumente virtuos zu spielen. In ihrem Haus in Varanasi unterrichten sie Schüler auch aus dem Westen. Ravi Shankar ist einer ihrer berühmten Schüler. Das „Maharaj Trio“ spielte in Indien schon vor Premierminister Narendra

Modi, vor Millionen Publikum auf der Kumbha Mela und sind sehr berühmt in Indien. Auch auf Schloss Elmau traten sie auf. Sie setzen sich für die Reinigung der Ganges- und auch gegen Kinderarbeit ein.

Beeindruckende Vita

Vater Pandit Vikash spielte in jüngeren Jahren in Deutschland mit Jazzgrößen und Musikern wie Herbie Hancock, John McLaughlin, Peter Gabriel, Wise Guys, u.v.m. auf. Regelmäßig findet eine Tour durch Deutschland statt. Sie entwickelten ihren eigenen Stil, eine Symbiose aus traditionellen altindischen Ragas mit den Klängen der Moderne, auch mit Jazz. Das Ehepaar Brünjes Fischer lernte die Familie auf ihren Indien Reisen kennen und luden sie in der Vergangenheit schon einmal nach Waldkirch ein.

Freunde aus Indien

Der jetzige Anlass ist das 50-jährige Jubiläum von Madhuha R. Brünjes, „Leben mit Yoga“. Das Konzert findet in der historischen Kulturkathedrale auf dem Gelände Fabrik Sonntag in Waldkirch statt. Eine Anmeldung ist erforderlich, da die Plätze begrenzt sind. Lilli Junker bewirbt mit Crêpes et Apéro ab 17 Uhr.

»Tag der offenen Tür«

Programm am 28. Juni 2025

- 9.00–10.00 Uhr: Empfang und Besichtigung
 - 10.00 Uhr: „Feldenkrais“ mit Luise Kaltenbach
 - 10.00 Uhr: „Barfuß mit Klang für alle Sinne“ (bei schönem Wetter auf der Wiese)
 - 11.00 Uhr: „Yin Yoga“ mit Christina Bauch
 - 12.00 Uhr: „Kundalini Yoga“ mit Ute Eichele
 - 13.00 Uhr: „Yin Yoga & Zeremonieller Roh Kakao“ mit Carolina Santamaria
 - 14.00 Uhr: „Ashtanga Yoga“ mit Aline Stephan
 - 14.00 Uhr: „Yoga auf dem Stuhl“ mit Petra Heitzmann (Nebenraum)
 - 15.00 Uhr: „Hatha Yoga und Ernährung“ mit Monika Fazzari
 - 15.00 Uhr: „Barfuß mit Klang für alle Sinne“ (bei schönem Wetter auf der Wiese)
 - 16.00 Uhr: „Hatha Yoga-Grundkurs“ Heute: „Sequenz Beckenboden“ mit Tanja Sum-Bojarski
 - 16.00 Uhr: „Kinder Yoga“ mit Monika Fazzari (bei schönem Wetter auf der Wiese)
 - 17.00 Uhr: „Klangschalenentspannung“ mit Jenny Jelzow
 - 18.00 Uhr: „Offener Singkreis“ mit Birgit Rieke
 - 18.30 Uhr: „Wave“ Freies Tanzen mit Elke und Daniel (Untergeschoss)
 - 19.00 Uhr: Offener Abend zum Ausklingen mit Indien-Impressionen
- Ort: Yoga-Zentrum Waldkirch, Fabrik Sonntag 5a, im OG und Wiese (bei schönem Wetter)
Anmeldung: Madhuha Brünjes 0 76 81 / 492 68 97
Astrid Fischer 01 51 / 26 19 64 99 | info@yoga-zentrum-waldkirch.de

Gratulation von Yogakursleitenden

- | | |
|---------------------|--------------------|
| Ute Eichele | Tanja Sum-Bojarski |
| Christina Bauch | Jenny Jelzow |
| Frans Parren | Petra Heitzmann |
| Tanja Jacobi | Luise Kaltenbach |
| Carolina Santamaria | |
| Monika Fazzari | |
| Regina Brodhag | |
| Aline Stephan | |

Praxis

Wehrle-Ritter & Adler

Physiotherapie
Krankengymnastik
Manualtherapie

Fabrik Sonntag Haus 5b
79183 Waldkirch
Tel. 0 76 81 4 93 99 46
Fax 0 76 81 4 93 99 47
www.physiotherapie-wra.de

Herzlichen Glückwunsch zum
Jubiläum und weiterhin alles Gute!

Gratulation von Teilnehmer/innen

- | | |
|--------------------|-----------------------|
| Lieselotte Roser | Katharina Kiefer |
| Gisela Klem | Luitgard Disch |
| Jürgen Hofstetter | Veronika Eckert |
| Thomas Anselm | Jürgen Schätzle |
| Harald Schächner | Annette Sturm |
| Annerose Schächner | Thorsten Baumer |
| Margit Köbele | Margaretha Wissner |
| Andreas Franz | Kathrin Wissner |
| Radmila Tosic | Gisela Lux |
| Marlene Jaskulla | Simone Wilck |
| Sabine Henkel | Colette Saint-Hillier |
| Annette Zirn | Rita Kuri |
| Eva-Maria Emig | Bettina van Kann |
| Barbara Maschowski | Michael Kownatzki |
| Lothar Maschowski | Luzia Dold |
| Claudia Thoma | Irina Oswald |
| | und viele mehr ... |

Unternehmenscampus FABRIK SONNTAG

Ideen
LABOR
Sonntag

Mietanfragen an: info@fabrik-sonntag.de | Tel. 07681 409297

- > BÜROFLÄCHEN
- > GESUNDHEITZENTRUM
- > PRAXISFLÄCHEN

- > COWORKING
- > MEETINGRÄUME
- > EVENTLOCATION

Freie Objekte

www.fabrik-sonntag.de

79183 Waldkirch, Fabrik Sonntag 2

