



AYUDH GOES BERLIN

„Vom Dunkel ins Licht“

Jugendretreat in Berlin vom 27. – 29. November

Programm

Freitag:

ab 17:00 Uhr Ankunft (auch gerne vorher, bitte Bescheid sagen)

18:30 Uhr 108 Namen

Bhajans

Text aus Ammas Lehren

Abendessen: Spaghetti

Relaxen/Spiel/Acting

Samstag:

7:00 Uhr Archana/108 Namen

7:30 Uhr Yoga

8:30 Uhr Text aus Ammas Lehren

9:00 Uhr Frühstück

10:00 Uhr Diskussion zum Thema: Vom Dunkel ins Licht

11:30 Uhr Pause

11:45 Uhr Besprechung/Probe für Altenheimbesuch

13:30 Uhr Döner Essen

14:30 Uhr Altenheim in Rathaus Steglitz, Thema: Vom Dunkel ins Licht

18:30 Uhr Abendessen

19:15 Uhr Aufbruch zu Jasmin (Theaterstück: Eine flog über das Kuckucksnest, Eintritt frei, Spenden willkommen)

Sonntag:

7:00 Uhr Archana/108 Namen

7:30 Uhr Yoga

8:30 Uhr Frühstück (Lunchpakete selber machen für Stadtrundlauf)

9:15 Uhr Berliner Stadtbesichtigung (8 Stationen: z.B. Brandenburger Tor, Holocaust Mahnmal

Reichstag): Madhuri als Stadtführerin

Wenn gewollt noch einmal gemeinsames Essen im Indischen Restaurant namens AMMA in Berlin Tempelhof (Mittagsmenu ca. 5,- €)

Anmeldungen vorher anrufen bei Cynthia 030-7960278 (Yogaschule) oder Madhuri 030-8183074 / 0152-04648311 oder per Email cosammor@web.de oder madhuri@gmx.net

Bitte von Erziehungsberechtigten (falls nötig) unterschriebene Anmeldeformulare vorab per Post an Yogaschule Cynthia Osammor, Drakestraße 44, 12205 Berlin oder zum Jugendretreat mitbringen

Sonstiges:

Bitte mitbringen: Schlafsack (Matten, Kissen und Decken vorhanden)

Kosten: für Essen & Getränke: 15,- Euro, Döner und Restaurantbesuch nicht inklusive;

Fahrkarten: zweimal Tageskarte á 6 Euro (evtl. je nach Alter ermäßigt); Unterkunft frei

Anfahrtsplan: ADRESSE: YOGASCHULE CYNTHIA OSAMMOR, DRAKESTRASSE 44, 12205 BERLIN (direkt an der S1-Bahnhaltstelle Lichterfelde fest)

Gute Möglichkeit um nach Berlin zu kommen: Mitfahrgelegenheit raussuchen unter www.mitfahrgelegenheit.de

ansonsten mit dem Auto: (von Mannheim☺)

-Bei Ausfahrt **16-Dreieck Nuthetal** in **A115** Richtung **Berlin-Zehlendorf/Potsdam-Zentrum/Berlin-Zentrum** einfädeln

17,4 km

-Bei Ausfahrt **4-Zehlendorf** in **B1/Potsdamer Chaussee** Richtung **Steglitz** einfädeln
Weiter auf B1

7,4 km

-Ausfahrt Richtung **Lichterfelde/Dahlem**

0,1 km

-Auf **Unter den Eichen**

0,1 km

-Bei **Drakestraße** **rechts** abbiegen

1,6 km

Mit der Bahn:

entweder bis Berlin Hauptbahnhof, von da in den RE nach Lichterfelde Ost, Bus X11 5 min bis S-Bahnhof Lichterfelde West

Oder bis Berlin Südkreuz von da in den RE nach Lichterfelde Ost, Bus X11 5 min bis S-Bahnhof Lichterfelde West

Oder bis Berlin Hauptbahnhof, dann eine S-Bahn bis Friedrichstraße (mehrere möglich) von da in die S1 Richtung Wannsee bis S-Bahnhof Lichterfelde West, 2min bis Yogaschule, vom Bahnsteig Treppe runter rechts, aus dem Bahnhof links und nächste rechts ist Drakestraße (Hausnr. 44)

Individuelles Verkehrsstreckennetz bitte schauen unter www.bvg.de