

Svastha Yoga & Ayurveda wurde von A. G. Mohan und Indra Mohan gegründet als Ausdruck ihres ganzheitlichen Ansatzes für das Wohlbefinden, basierend auf ihrem umfassenden Wissen über Yoga, Ayurveda und verwandte Disziplinen.

Svastha Yoga ist eine der angesehensten Quellen für authentisches Wissen und Praxis. Es vermittelt das gesamte Spektrum von Yoga und basiert auf umfassenden Studien und langjähriger Praxis aus traditionellen Quellen, kombiniert mit moderner Wissenschaft sowie der Erfahrung im Unterrichten und Ausbilden von Tausenden von Schülern und Yogalehrern.

Svastha Yoga bietet Schulungen an in Yoga, Yogatherapie, Achtsamkeit sowie im Bereich Geist und Körperwohlbefinden und verwandten Disziplinen, die das Beste aus alter Weisheit und moderner Wissenschaft verbinden.

### Gründer



**A. G. Mohan** ist einer der führenden Yoga-Meister in dieser Zeit. Er begann seine Yoga-Reise im Jahr 1971 und verbrachte fast zwei Jahrzehnte als persönlicher Schüler des legendären Yogi Sri Krishnamacharya. Dann tauchte er über Jahrzehnte tiefer ein in weitere umfassende Studien unter anderem über Ayurveda, Samkhya, Tantra, alte Indien-Dramatik und Jyotisha. A. G. Mohan ist Autor mehrerer Bücher über Yoga, darunter [«Yoga für Körper, Atem und Geist»](#), [«Yoga-Therapie»](#), und [«Krishnamacharya: Sein Leben und seine Lehren»](#). [Um mehr über seine Reise durch Yoga zu erfahren, klicken Sie bitte hier für einen Auszug aus seinem Buch, der Yoga-Erinnerung»](#).



**Indra Mohan** begann ihr Yoga-Studium zusammen mit ihrem Mann A.G. Moha im Jahr 1971. Sie ist eine von wenigen Menschen, die ein postgraduales Diplom in Yoga von Sri Krishnamacharya erhalten haben. Von den Schülern wird sie nicht nur für ihr umfangreiches Wissen und ihre klaren Lehren geschätzt, sondern auch für ihre Weisheit und ruhige Präsenz. Über fünf Jahrzehnte hinweg hat sie Tausende von Schülern begleitet. Sie hat ihnen geholfen, ihr Wohlbefinden zu steigern, ihre gesundheitlichen Probleme zu bewältigen und persönliche und spirituelle Transformation zu finden.



**Dr. Ganesh Mohan**, Sohn von A. G. Mohan und Indra Mohan, wurde von Kindheit an in Yoga und anderen verwandten traditionellen Studien ausgebildet. Er ist Arzt mit fundierter Ausbildung sowohl in der modernen Medizin als auch in Ayurveda. Dr. Ganesh Mohan ist Co-Autor von [«Yoga-Therapie»](#), [«Krishnamacharya»](#), und [«Yoga-Erinnerung»](#). Er leitet die Svastha Yoga Therapy und Teacher Training Programme sowie andere Trainings international.



**Nitya Mohan**, Tochter von A. G. Mohan und Indra Mohan, wurde bereits in jungen Jahren in Yoga ausgebildet. Sie hat ausserdem einen Abschluss in Musik. Als Vertreterin des vedischen Gesangs hat sie international Seminare durchgeführt und Konzerte gegeben. Seit über zwei Jahrzehnten leitet sie als erfahrene Lehrerin die Svastha-Ausbildungsprogramme in Singapur.

Quelle: <https://www.svastha.net/about/>