

NONSTOP YOGA FESTIVAL PROGRAMM

SAMSTAG - 24.06.2017	SONNTAG - 25.06.2017
12:30 – 13:30 Qigong – Federleicht im Alltag Kursleiter: Thomas	09:00 – 10:00 Pranayama – Fülle Deine Lungen mit Leben Kursleiterin: Nica
14.00 – 15.00 Yoga Basics – Finde Deine gesunde Bewegung Kursleiterin: Nica	10:30 – 11:30 Yoga Fusion – Tanz Dich frei Kursleiterin: Marina
15.30 – 16.30 Spinal Movements – Entfalte Deine Wirbelsäule Kursleiterin: Sabrina	12:00 – 13:00 Sukshma Vyayama – Befreie Deine Energie Kursleiter: Marco
17.00 – 18.00 Yoga Nidra – Lass Dein Bewusstsein fliegen Kursleiterin: Nica	13:30 – 14:30 Kraft Yoga – Begrüße Deine Kraft Kursleiterin: Marina
18.30 – 19.30 Feeling Yoga – Beflügele Deine Körperintelligenz Kursleiterin: Nica	15:00 – 16:00 Yoga Nidra – Lass Dich in die Entspannung treiben Kursleiterin: Sabrina
ab 20 Uhr gemeinsame Meditation mit live Musik	16:30 – 17:30 Thai Yoga Massage – Bewusst den Körper erwecken Kursleiter: Dmytro

Die Beschreibung einzelnen Workshops findest Du unter: <http://www.yoagna.info/yoga-festival/>



YOAGNA YOGASTUDIO IN DUISBURG
Für Körper und Bewusstsein - www.yoagna.info