

# Programma Dutch Yoga Festival Terschelling 2017 \*

Veld	1 Heart	2 Wisdom	3 Music	4 Flow	5 Connection	6 Hatha	7 Bewustzijn	8 Tantra	9 Yin	10 Yang	11 Body & mind	12 Meditatie
<b>Vrijdag 23 juni</b>												
14.30 - 16.00	Mindful spirited vinyasa Discover what it is (David Lurey)	Women circle Being together (Jai Michelle)	Yoga in concert Innerflow & music (Jan Kuiper & Yvonne)			Pilates Ontdek je innerlijke kracht (Marjon Bouman)	Saswitha yoga Aarde en water (Jeanet Heilbron)	Sensual dance yoga Ontdek jezelf en samen (Geeske & Peter )				Helende adem (Tom van Huijstee)
16.00 - 17.00	Aerial Yoga Basics (eigen bijdrage)			Teacher & musician meeting								
17.00 - 17.30	Mantra muziek (Nigam, Eddy & Irene)											
17.30 - 18.00	Ontvangst met Yogi tea, soep & muziek											
18.00 - 19.00	<b>Openingsceremonie: Discover</b>											
19.00 - 20.15	Vinyasa yoga The inner eye (David Lurey)	Why yoga (Vijay Gopala)	Body percussie & stembevrijding (Roy Groeneveld)	Vinyasa Krama yoga (Mark Dowe)	AcroYoga Therapeutic flying (AcroYoga Team)	Hatha yoga Hart openers (Esther Ekhart)	Saswitha yoga Ontdekking van de adem (Diana Plenckers)	Verbinding & Intimiteit (Willemijn Bessem)	Yin yoga Discover being you (Anoshe Overington)	Iyengar yoga Discover alignment (Prashant Tewatia)	Tao training Sexuele vitaliteit (Mattijs van Kattwijk)	Himalayan kriya yoga 2 (Pam Paramjit)
20.15 - 21.00	Diner & Yogi Tea											
21.00 21.30 22.00 22.30 23.00	Klassiek Indiaas concert Tablatronic (Heiko Dijker & friends)	Digestive Psychology Emoties en spijsvertering (Caspar Poeyck )	Mantra & heartsongs (David Lurey & friends)		Yoga & bewustzijn Het pad van yoga (Willemijn Bessem)		Meditatie in beweging Wervelen (Patty Möhlmann)					

## Legenda

Groen= Live muziek & beweging	Licht blauw= meditatie, lezing & sharing	Licht geel=meditatieve yoga & beweging	Geel= fysieke yoga voor alle niveaus	Oranje = flow yoga, ervaring wenselijk	Rood= yoga ervaring vereist (level 2-3)	Licht roze = Women only	Blauw = Men only	Roze = Tantra	Paars = bij zee of duinmeer
-------------------------------	--	--	--------------------------------------	--	---	-------------------------	------------------	---------------	-----------------------------

\* Wijzigingen voorbehouden

Freedom	Touch	Breath	Kids	Healing	Creatief	Balans
<b>Aerial Yoga **</b>	<b>Diverse massages **</b>	<b>Helende Adem (Tom van Huijstee)</b>	<b>Kinder yoga &amp; activiteiten</b>	<b>Soundhealing &amp; relax</b>	<b>Creatieve workshops</b>	<b>SUP yoga **</b>
<b>Aerial yoga veld</b>	<b>Massage tent</b>	<b>Adem tent</b>	<b>Kinder veld</b>	<b>Sound healing tent</b>	<b>Crearent</b>	<b>Op duinmeer</b>
<b>Vrijdag</b>	<b>Tijdens het festival:</b>	<b>Vrijdag</b>	<b>Vrijdag</b>	<b>Vrijdag</b>	<b>Vrijdag</b>	<b>Zaterdag</b>
16:00 - 17:00 Basics	Thaise yoga massage	14.30 - 16.00 Introductie	19.00 - 19.45 Kinderfeestje (Marjolein)	14.00 - 15.00: Soundhealing (Maura & Mo)	19.00 - 20.15 Vlaggen en versiering maken (Nadine)	8.15 - 9.00
19:00 - 20:00 Basics	Ayurvedische massage	19.45 - 20.15	19.45 - 20.15 Mantra zingen kinderen & ouders (Irene, Eddy)	19.00 - 20.00: Gong Klankconcert (Frank)	10.15 - 11.00	10.15 - 11.00
<b>Zaterdag</b>	Shiatsu massage	<b>Zaterdag</b>	<b>Zaterdag</b>	<b>Zaterdag</b>	<b>Zaterdag</b>	11.15 - 12.00
10:30 - 11:30 Basics	Ontspanning massage	10.30 - 12.30 Introductie	10.30 - 12.30 Kinderyoga (4-10 jaar) (Sanne)	11.00 - 12.30 : Healing (Brenda)	10.30 - 12.30 Ontwerp je yogakleding met chakra symbolen (Nadine)	12.15 - 13.00
11:45 - 12:45 Backbending & Inversions	Holistische masage	15.00 -17.00 Intensive	15.00 - 16.00 Ouder & kind acro yoga 2,5 -10 jaar (Esther)	15.30 -16.30: Toveren met Gongklanken (Frank)	14.30 - 17.30 Open Crea middag (Marloes & Nadine)	<b>Zondag</b>
14:30 - 15:30 Basics	Healing	<b>Zondag</b>	16.00 - 17.00 Kinderfeestje (Marjolein)	18.15 - 19.30: Soundhealing (Maura & Mo)	10.30 - 11.15	8.15 - 9.00
15:45 - 16:45 Backbending & Inversions	Vortex Healing	10.30 - 12.30 Introductie	<b>Zondag</b>	10.30 - 12.30: Gong & Kundalini yoga (Vir)	11.30 - 12.15	10.30 - 11.15
18:15 - 19:15 Restorative			10.30 - 12.30 Kinderyoga (4-10 jaar) (Sanne)	13.45 - 14.45: Gong Klankconcert (Frank)	13.45 - 14.30 *	11.30 - 12.15
19:30 - 20:30 Acrobatics			13.45- 15.00 Kinderfeestje (Marjolein)			13.45 - 14.30 *
<b>Zondag</b>	Voor aanbod zie het massageboekje op festival	Lees de lesomschrijving in het programmaboekje !	Meer informatie op het kinderveld Ook voor kinderen zie creatieve workshops >>		<b>Zondag</b>	
10:15 - 11:15 Basics & Massage					10.30-12.30 Vision ansichtkaart maken (Marloes)	
11:30 - 12:30 Backbending&Inversions						* check of deze les doorgaat
13:45 - 14:45 Acrobatics						** Eigen bijdrage.
16:00 - 17:00 Restorative						
<b>Maandag</b>						
7:45 - 8:45 Surprise						
** Eigen bijdrage	** Eigen bijdrage.					

# Programma Dutch Yoga Festival Terschelling 2017 \*

Veld	1 Heart	2 Wisdom	3 Music	4 Flow	5 Connection	6 Hatha	7 Bewustzijn	8 Tantra	9 Yin	10 Yang	11 Body & mind	12 Meditatie
<b>Zaterdag 24 juni</b>												
5.00 - 5.15	<b>Zwemmen in duinmeer. Op fiets naar strand West aan zee, Knrm</b>											
5.15 - 5.45												
5.45 - 7.15	Hatha yoga aan zee Ocean breath (Peter van der Burg)	Kundalini yoga aan zee Self discovery (Marieke de Lange)					5.15: Saswitha yoga Zon: vuur en licht (Jeanet Heilbron)					
6.15 - 7.15	<b>Bij duinmeer</b> Tibetaanse yoga & meditatie (Mariette de Kroon)											
7.15 - 9.15	Karma yoga: voorbereiden onbijt											
7.45 - 9.15	Svadyaya Self discovery in asana (David Lurey)	Sun Salutations The practice (Vijay Gopala)	Hatha yoga & meditation (Antar Khirad)	Ashtanga yoga Mysore style (Jurre Twijnstra)	Partner yoga (AcroYoga Team)	Iyengar yoga Heal your lower back (Prashant Tewatia)	Saswitha yoga Asana & pranayama (Noor Palazzi)	Fertility yoga (Coco Bliss)	Mindfulness yoga voor moeders (Kina Smit)	Yang Flow Fire of heart (Anoshe Overington)	Qi Gong Tune in (Mattijs van Katwijk)	Chanting & silent meditation (Nigam Overington)
9.15 - 10.00	Ontbijt Concert (Hanguman)						10.15 uur op de fiets naar strand West aan Zee, strandopgang Knrm, workshops van 11.00-12.30, zwemmen in zee, cirkel flow en yoga.					
						Vinyasa Krama yoga (Mark Dowe)	Pilates aan zee (Marjon Bouman)	AcroYoga (AcroYoga Team)	Tibetaanse yoga (Mariette de Kroon)			
10.30-12.30	Core workshop Ontdek natuurlijk bewegen (Patrick Booi)	Himalayan kriya yoga 1 (Pam Paramjit)	HangAsana (Ed & Karuna)	Hatha yoga Discover your hips David van der Gaag	Digestive Psychology (Caspar Poyck)	Do-in yoga Ontdek je intuïtie (Lilian Kluijvers)	Saswitha yoga Chakra's & kosha's (Diana Plenckers)	Sensual yoga Ontdek jezelf en samen (Geeske & Peter)	Kinderyoga voor volwassenen (Patty Jongemaets)		Tao training Beenmerg en botten (Mattijs van Katwijk)	Healthy women workshop (Nathalie Peters)
13.00 - 14.00	Lunch Concert: Lessen in liefde (Berry Love)						14.30 uur op de fiets naar strand West aan Zee voor workshops van 15.00-17.00					
			<b>Bij duinmeer van 15.00-17.00:</b> Men's Circle Conscious gathering (David Lurey)			Hartyantra meditatie (Saswitha team)	Vinyasa yoga (Mo Stipsen)					
15.00 - 17.00	Yin Yang Flow (Esther Ekhart)	Pranayama (Vijay Gopala)	YogaCello concert (Evelien Fokker)	Iyengar yoga Natural alignment (Asaf Hacmon)	Yoga & kunst (Vir en Jasmijn)	Workshop Opstellingen (Laura & Dennis)	Yogini mooncircle (Anoshe Overington)	Tantra Conscious love (Coco Bliss)	Qi Gong (Prashant Tewatia)	Ashtanga yoga Bandha & adem (Jurre Twijnstra)	TRE Workshop (Patric Booi)	Osho meditation & silence (Nigam Overington)
17.00 - 18.00	Diner Concert: The unknown (Jai Michelle)											
18.15 - 19.30	Deep flow Concert (Avi Adir & friends)	Ancient healing workshop (Pam Paramjit)	Fire ceremony (Brenda & Hero)	Thai yoga massage (AcroYoga Team)	Voeten yoga (Daan Timmers)	Yoga nidra The shamanic way (Inge van Nimwegen)	Saswitha yoga AUM: yoga & meditatie (Diana Plenckers)	Verbinding & intimiteit (Willemijn Bessem)	Business yoga Bye bye stress (Sat Kirtan)	Mindfulness walk door de duinen (Mariette de Kroon)	Vrouwenkracht Sister circle (Dieke Bikker)	Stembelijding (Henriette Yland)
19.45 - 21.00	Vinyasa Krama yoga (Mark Dowe)	Klank yoga Nada Brahma (Lilian van Dam)	Mantra & heartsongs David Lurey & ShivaSamba	AcroYoga Therapeutic flying (AcroYoga Team)	Restorative yoga (Asaf Hacmon)	Deugdenyoga Loslaten (Patty Jongemaets)	Saswitha yoga Adem, lucht & liefde (Jeanet Heilbron)	Body percussie & stembelijding (Roy Groeneveld)	Yin yoga Heaven in the heart (Anoshe Overington)	Kundalini yoga Discover who you are (Marieke de Lange)	Tao training Energie & lesgeven (Mattijs van Katwijk)	Do-In yoga Stille workshop (Lilian Kluijvers)
21.15 - 23.00	<b>Ecstatic Dance Live: Indian Summer!</b> (DJ Martijn, Heiko Dijker, Sandhya & friends)											

<b>Legenda</b>	Groen= Live muziek & beweging	Licht blauw= meditatie, lezing & sharing	Licht geel=meditatieve yoga & beweging	Geel= fysieke yoga voor alle niveaus	Oranje = flow yoga, ervaring wenselijk	Rood= yoga ervaring vereist (level 2-3)	Licht roze = Women only	Blauw = Men only	Roze = Tantra	Paars = bij zee of duinmeer
----------------	-------------------------------	--	--	--------------------------------------	--	---	-------------------------	------------------	---------------	-----------------------------

\* Wijzigingen voorbehouden

# Programma Dutch Yoga Festival Terschelling 2017 \*

Veld	1 Heart	2 Wisdom	3 Music	4 Flow	5 Connection	6 Hatha	7 Bewustzijn	8 Tantra	9 Yin	10 Yang	11 Body & mind	12 Meditatie
<b>Zondag 25 juni</b>												
5.00 - 5.15	Zwemmen in duinmeer											
5.15 -	Op de fiets naar strand West aan zee, strand opgang bij KNRM						5.15: Saswitha yoga Ontdekking van de hemel (Diana Plenckers)					
5.45 - 7.15	Kundalini yoga aan zee (Vir en Eddy & Irene)											
7.15 - 9.15	Karma yoga: voorbereiden onbijt											
7.45 - 9.15	Krishna flow (Anoshe Overington)	Yoga beyond styles (Vijay Gopala)	Reconnective yoga Discover healing (Patty Jongemaets)	Vinyasa Krama yoga (Mark Dowe)	Critical alignment yoga (Henriëtte Yland)	Do-In & meditatie (Lilian Kluivers)	Saswitha yoga Het vijfde element (Jeanet Heilbron)	Tantra yoga & meditation (Antar Khirad)	Qi Gong Wonder meridianen (Mattijs van Katwijk)	Power yoga (Eddy Binnekamp)	Himalayan kriya yoga 1 (Pam Paramjit)	Chanting & silent meditation (Nigam Overington)
9.15 - 10.00	Ontbijt Concert (Arjen, Terence & Lovely)											
				Vertrek 10.30: Yoga op strand van 11.00 - 12.30 bij West aan Zee, opgang Knrm								
				Vinyasa yoga (Mo Stipsen)	Kundalini yoga (Nathalie Peters)				10.30 Bij duinmeer			
								Deugdenyoga & schrijven (Patty & Petra)	Tao training Instinct & intuïtie (Mattijs van Katwijk)			
10.30 - 12.30	Hatha yoga Discover back-bending (David van der Gaag)	Satsang Unconditional Love (Vijay Gopala)	Mindful opvoeden (Kina Smit)	Acro yoga Backward flying (Acroyoga team)	Yoga philosophy & daily life (David Lurey)	Do-In & acupressuur (Lilian Kluivers)	Saswitha yoga Inzicht in de asana's (Diana Plenckers)	Yoni yoga Vrouwen workshop (Inge van Nimwegen)	Inversion workshop Changing perception (Prashant Tewatia)	Ashtanga yoga Full primary series (Jurje Twijnstra)	TRE Workshop (Patric Booi)	Workshop Opstellingen (Laura & Dennis)
12.30 - 13.30	Lunch Concert (ShivaSamba)											
13.45 - 15.00	Yin yoga & klassiek concert (Anoshe & Laura Lotti)	Jivamukti yoga Chakra tuning (Lilian van Dam)	Mantra & heartsongs (Eddy & Irene)	Vinyasa Krama yoga (Mark Dowe)	Sharing circle for men & women (Jai Michelle)	Latifa concert Muziek & meditatie (Evelien Fokker)	Saswitha yoga Verrassende variaties (Noor Palazzi)	Yin yoga & partnerwork (Dieke Bikker)	Tibetaanse yoga Innerlijk vuur (Mariette de Kroon)	Hatha yoga Discover your potential (Prashant Tewatia)	Kundalini yoga Self Experience (Marieke de Lange)	Osho kundalini meditatie (Nigam Overington)
15.00 - 15.30	Afsluitingsceremonie											

<b>Legenda</b>	Groen= Live muziek & beweging	Licht blauw= meditatie, lezing & sharing	Licht geel= meditatieve yoga & beweging	Geel= fysieke yoga voor alle niveaus	Oranje= flow yoga, ervaring wenselijk	Rood= yoga ervaring vereist (level 2-3)	Licht roze = Women only	Blauw = Men only	Roze = Tantra	Paars = bij zee of duinmeer	* Wijzigingen voorbehouden
----------------	-------------------------------	--	---	--------------------------------------	---------------------------------------	---	-------------------------	------------------	---------------	-----------------------------	----------------------------

Freedom	Touch	Breath	Kids	Healing	Creatief	Balans
<b>Aerial Yoga **</b>	<b>Diverse massages **</b>	<b>Helende Adem (Tom van Huijstee)</b>	<b>Kinder yoga &amp; activiteiten</b>	<b>Soundhealing &amp; relax</b>	<b>Creatieve workshops</b>	<b>SUP yoga **</b>
<b>Aerial yoga veld</b>	<b>Massage tent</b>	<b>Adem tent</b>	<b>Kinder veld</b>	<b>Sound healing tent</b>	<b>Creacent</b>	<b>Op duinmeer</b>
<b>Vrijdag</b>	<b>Tijdens het festival:</b>	<b>Vrijdag</b>	<b>Vrijdag</b>	<b>Vrijdag</b>	<b>Vrijdag</b>	<b>Zaterdag</b>
16:00 - 17:00 Basics	Thaise yoga massage	14.30 - 16.00 Introductie	19.00 - 19.45 Kinderfeestje (Marjolein)	14.00 - 15.00: Soundhealing (Maura & Mo)	19.00 - 20.15 Vlaggen en versiering (Nadine)	8.15 - 9.00
19:00 - 20:00 Basics	Ayurvedische massage		19.45 - 20.15 Mantra zingen kinderen & ouders (Irene, Eddy)	19.00 - 20.00: Gong Klankconcert (Frank)		10.15 - 11.00
<b>Zaterdag</b>	Shiatsu massage	<b>Zaterdag</b>			<b>Zaterdag</b>	11.15 - 12.00
10:30 - 11:30 Basics	Ontspanning massage	10.30 - 12.30 Introductie			10.30 - 12.30	12.15 - 13.00 *
11:45 - 12:45 Backbending & Inversions	Holistische masage		<b>Zaterdag</b>	<b>Zaterdag</b>		
14:30 - 15:30 Basics	Healing	15.00 - 17.00 Intensive	10.30 - 12.30 Kinderyoga (4-10 jaar) (Sanne)	11.00 - 12.30 : Vortex healing (Brenda)	Beschilder yogakleding met chakra symbolen (Nadine)	<b>Zondag</b>
15:45 - 16:45 Backbending & Inversions	Vortex Healing		15.00 - 16.00 Ouder & kind acro yoga 2,5 -10 jaar (Esther)	15.30 -16.30: Toveren met Gongklanken (Frank)		8.15 - 9.00
18:15 - 19:15 Restorative		<b>Zondag</b>	16.00 - 17.00 Kinderfeestje (Marjolein)	18.15 - 19.30: Soundhealing (Maura & Mo)	14.30 - 17.30 Open Crea middag (Marloes & Nadine)	10.30 - 11.15
19:30 - 20:30 Acrobatics		10.30 - 12.30 Introductie				11.30 - 12.15
<b>Zondag</b>				<b>Zondag</b>	<b>Zondag</b>	13.45 - 14.30 *
10:15 - 11:15 Basics & Massage	Voor aanbod zie het massageboekje op festival			10.30 - 12.30: Gong & Kundalini yoga (Vir)	10.30-12.30	
11:30 - 12:30 Backbending&Inversions		Lees de lesomschrijving in het programmaboekje !		13.45 - 14.45: Gong Klankconcert (Frank)		
13:45 - 14:45 Acrobatics			<b>Zondag</b>			
16:00 - 17:00 Restorative			10.30 - 12.30 Kinderyoga (4-10 jaar) (Sanne)			
<b>Maandag</b>			13.45- 15.00 Kinderfeestje (Marjolein)			
7:45 - 8:45 Surprise			Meer informatie op het kinderveld			
** Eigen bijdrage	** Eigen bijdrage.		Ook voor kinderen zie creatieve workshops >>			* check of deze les doorgaat ** Eigen bijdrage.

# Programma Dutch Yoga Festival Terschelling 2017 \*

Freedom	Touch	Breath	Kids	Healing	Creatief	Balans
<b>Aerial Yoqa **</b>	<b>Diverse massages **</b>	<b>Helende Adem (Tom van Huijstee)</b>	<b>Kinder yoga &amp; activiteiten</b>	<b>Soundhealing &amp; relax</b>	<b>Creatieve workshops</b>	<b>SUP yoqa **</b>
<b>Aerial yoga veld</b>	<b>Massage tent</b>	<b>Adem tent</b>	<b>Kinder veld</b>	<b>Sound healing tent</b>	<b>Creitent</b>	<b>Op duinmeer</b>
<b>Vrijdag</b> 16:00 - 17:00 Basics 19:00 - 20:00 Basics	<b>Tijdens het festival:</b> Thaise yoga massage Ayurvedische massage Shiatsu massage	<b>Vrijdag</b> 14.30 - 16.00 Introductie	<b>Vrijdag</b> 19.00 - 19.45 Kinderfeestje (Marjolein) 19.45 - 20.15 Mantra zingen kinderen & ouders (Irene, Eddy)	<b>Vrijdag</b> 14.00 - 15.00: Soundhealing (Maura & Mo) 19.00 - 20.00: Gong Klankconcert (Frank)	<b>Vrijdag</b> 19.00 - 20.15 Vlaggen en versiering (Nadine)	<b>Zaterdag</b> 8.15 - 9.00 10.15 - 11.00 11.15 - 12.00 12.15 - 13.00 *
<b>Zaterdag</b> 10:30 - 11:30 Basics 11:45 - 12:45 Backbending & Inversions 14:30 - 15:30 Basics 15:45 - 16:45 Backbending & Inversions 18:15 - 19:15 Restorative 19:30 - 20:30 Acrobatics	Holistische masage Ontspanning massage Holografische Healing Vortex Healing	<b>Zaterdag</b> 10.30 - 12.30 Introductie 15.00 - 17.00 Intensive	<b>Zaterdag</b> 10.30 - 12.30 Kinderyoga (4-10 jaar) (Sanne) 15.00 - 16.00 Ouder & kind acro yoga 2,5 -10 jaar (Esther)	<b>Zaterdag</b> 11.00 - 12.30 : Vortex healing (Brenda) 15.30 -16.30: Toveren met Gongklanken (Frank) 18.15 - 19.30: Soundhealing (Maura & Mo)	<b>Zaterdag</b> 10.30 - 12.30 Beschilder yogakleding met chakra symbolen (Nadine)	<b>Zondag</b> 8.15 - 9.00 10.30 - 11.15 11.30 - 12.15 13.45 - 14.30 *
<b>Zondag</b> 10:15 - 11:15 Basics & Massage 11:30 - 12:30 Backbending&Inversions 13:45 - 14:45 Acrobatics 16:00 - 17:00 Restorative	Voor aanbod zie het	Lees de lesomschrijving in het programmaboekje !	16.00 - 17.00 Kinderfeestje (Marjolein)	<b>Zondag</b> 10.30 - 12.30: Gong & Kundalini yoga (Vir) 13.45 - 14.45: Gong Klankconcert (Frank)	14.30 - 17.30 Open Crea middag (Marloes & Nadine)	
<b>Maandag</b> 8:00 - 9:00 Surprise			13.45- 15.00 Kinderfeestje (Marjolein)		<b>Zondag</b> 10.30-12.30 Vision ansichtkaart maken (Marloes)	
** Eigen bijdrage	** Eigen bijdrage.		Meer informatie op het kinderveld Ook voor kinderen zie creatieve workshops >>			* check of deze les doorgaat ** Eigen bijdrage.