

Voorprogramma Dutch Yoga Festival 2017, Terschelling*

Veld	1 Heart	2 Wisdom	3 Music	4 Flow	5 Connection	7 Bewustzijn	8 Tantra
Donderdag 22 juni							
15.00 - 16.30		Yoga & adem Open de adem (Indra Bose)		Bhakti Vinyasa yoga (Mo Stipsen)	Chakra yoga Gronden (Natanja van den Brink)	Saswitha yoga Verrassende variaties (Noor Palazzi)	
16.30 - 17.00	Live muziek (Nigam & friends)						
17.00 - 17.30	Opening voorprogramma						
17.30 - 19.00	Introductie Acroyoga (Iris Martinez)	Iyengar yoga Discover inner Stillness (Prashant Tewatia)	Easy yoga & mantra (Irene & Eddy)	In de Ademtent: Helende Adem (Tom van Huijstee)	Slow flow yoga Balancing elements (Anoshe Overington)	Saswitha yoga Chakra's en kosha's (Diana Plenckers)	
19.00 - 20.00	Diner						
20.30 - 21.30	Mantra & heart songs Yes - discovering you! Nigam, Eddy, Irene & friends		De "Rāmāyānā" Prachtig liefdesverhaal van Rāma en Sītā (Marjolein)			Saswitha yoga Ontdek de 5 elementen (Jeanet Heilbron)	Meditatie in beweging Wervelen (Patty Möhlmann)
Vrijdag 23 juni							
5.45 - 6.00	Zwemmen in duinmeer						
6.00 - 7.30	Kundalini yoga bij duinmeer (Vir, Eddy & Irene)						
7.30 - 7.45	Vanaf 7.30 - 9.15 Karma Yoga: voorbereiden ontbijt						
7.45 - 9.15	Yin yang flow From do-er in to being (Anoshe Overington)	Cakra yoga Jouw hart (Natanja van den Brink)	Chanting & silent meditation (Nigam Overington)	Discover Qi Gong Deep breathing (Prashant Tewatia)		Saswitha yoga Asana en pranayama (Diana Plenckers)	
9.15 - 10.00	Ontbijt						
10.15 - 11.00	10.15 uur op fiets naar strand West aan zee, overgang Knrm						
11.00 - 12.30	Tibetaanse yoga op 't strand (Mariette van der Kroon)					Saswitha yoga Ontdek je vrijheid (Noor Palazzi)	
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 Oosterhoff)
16.00 - 17.00	Aerial Yoga Basics (eigen bijdrage)		Soundhealing (Maura & Mo)	Teacher & musician meeting			
17.00 - 17.30	Mantra muziek (Nigam, Eddy & Irene)						

Voor het vervolg zie het Festival Hoofdprogramma !

Legenda

Groen = muziek & beweging

Licht blauw = meditatie, lezing & sharing

Geel = fysieke yoga voor alle niveaus

Oranje = flow yoga, ervaring wenselijk

Paars = bij zee of duinmeer

Rood = voor docenten die lesgeven op festival

* Wijzigingen voorbehouden.

Naprogramma Dutch Yoga Festival 2017, Terschelling*

Veld	1 Heart	2 Wisdom	3 Music	4 Flow	5 Connection	7 Bewustzijn	8 Tantra
Zondag 25 juni							
16.00 - 17.00	Aerial Yoga Restorative						
16.30 - 19.00 17.30 - 19.00	Karma yoga		Vinyasa yoga Reis door Bhagavad Gita (Mo Stipsen)		Well-being for women Discover feminine power (Coco Bliss)		
19.00 - 20.00	Diner						
19.45 - 20.30	Karma yoga						
20.30 - 22.00	Mantra & heartsongs (Arjen de Graaf, Terence Samson & Lovely Uhlenbeek)						
Maandag 26 juni							
5.45 - 6.00 - 7.30	Zwemmen in duinmeer Kundalini yoga bij duinmeer (Vir)						
7.45 8.45 9.15	Karma yoga	Vinyasa yoga & mantra Reis door Bhagavad Gita (Mo Stipsen)	Yin yoga Boeddha op de mat (Eline van de Kam)	Aerial yoga surprise (Janneke van Amelsvoort)			
8.45 - 10.00	Ontbijt						
9.30 - 12.30	Karma yoga						

Legenda

Groen = muziek & beweging	Licht blauw = meditatie, lezing & sharing	Geel = fysieke yoga voor alle niveaus	Oranje = flow yoga, ervaring wenselijk	Paars = bij zee of duinmeer
---------------------------	---	---------------------------------------	--	-----------------------------

* Wijzigingen voorbehouden.