

FESTIVAL
PROGRAMM



Herzlich Willkommen

Endlich ist es wieder soweit !

Das Yoga Online Festival steht in den Startlöchern !

Vom 30.04.-09.05. finden zahlreiche Workshops zu den Themen Yoga, Entspannung, Meditation, Gesundheit, Ernährung, persönliche Weiterentwicklung u.v.m. statt. Es sind zahlreiche großartige Referentinnen und Referenten dabei. Das Programm ist bunt gemischt, sodass sicher für jeden etwas dabei ist !

Das ganze ist wie immer KOSTENLOS, auf freiwilliger Spendenbasis.

Der Großteil der Spenden gehen in diesem Jahr an verschiedene Institutionen, die sich dafür einsetzen, dass Kindern viele schöne Momente beschert werden u.a.:

Bundesverband Kinderhospiz e.V. , Clownnasen - Kinderkrebshilfe

VERLOSUNG !! Unter allen Spenden die eingehen, wird ein langes Wochenende im Seminarhaus Meermoment auf Sylt verlost, mit Yoga und Surfen, für 2 Personen, Termin nach Wahl !

Ich würde mich sehr freuen, dich beim Festival begrüßen zu dürfen !

OM Shanti Tina Buch



Tag 1 Freitag 30.04.

15:00 – 15:30 Uhr

Eröffnungsmeditation mit Tina Buch

16:30 – 18:00 Uhr

Mit Yoga das Herz öffnen mit Barbara Luderer

17:00 – 18:30 Uhr

Vollwertig kochen, klimasensibel essen, genussvoll leben mit Dr.
Stephanie Hoy

17:00 – 18:30 Uhr

Yoga & Yoga Nidra für einen entspannten Start ins Wochenende mit
Susi Stricker

18:30 – 20:00 Uhr

Yogastunde zum Jahreskreisfest Beltane am 1. Mai mit Sandra
Kessel "Adishakti"

18:30 – 20:00 Uhr

Workshop Baby Bauch Yoga mit Kati Mund

20:00 – 21:30 Uhr

Feel you – Yoga mit Eva Pähler

20:00 – 21:30 Uhr

Workshop "Hol dir deine Kraft zurück" mit Claire Ganeshapriya
Oberwinter

Tag 2 Samstag 01.05.

08:00 – 09:30

IKYA Meditation: “Das Leben bist du – let’s connect” – mit Sandra Nicole Pfaller

08:00 – 09:30

Yoga-Reise durch die 5 Elemente: Balance und Energie im Alltag mit Katharina Holch

09:30 – 11:00

YOGA-Glücksmomente für mehr Lebensfreude mit Ilona Osswald

11:00 – 12:30

Yoga und Krebs mit Gaby Nele Kammler

14:00 – 15:00

Schöpferische Heilräume mit Mandy Frauenlob

14:00 – 15:00

Meditation zwischen Erde und Himmel mit Bettina Rutz

17:00 – 18:15

Full Body Stretch & Relax mit Angela Gutting

17:00 – 18:30

Soundhealing “Healing Voices” mit Verena Devta Sangeet

18:30 – 19:30

Yin Yoga – Entspannter Rücken mit Daniela Girg

18:30 – 20:00

Mit kraftvollen Wurzeln zu mehr Lebenskraft mit Aurelia Ueberschuß

20:00 – 21:00

Yoga Nidra – der Schlaf des Yogi: Tiefenentspannung für Körper und Geist – mit Tanja Loos – Lermer

20:00 – 21:00

Seelenleuchten – Yin Restorative Yoga mit Sabina Ihrig

Tag 3 Sonntag 02.05.

07:00 – 08:00

Meditation – Bewusst im Hier und Jetzt – ganz bei dir! mit Stefanie Anna Kremser

09:30 – 11:00

Achte auf deinen ATEM – Yoga & Meditation – mit Julia Hartner

11:00 – 12:00

Vinyasa mit Visayasyoga: Energiegeländen und dynamisch in den Tag starten! – mit Emily Samuel

11:00 – 12:30

Lebensfreude mit Jenefer Ansah

11:00 – 12:30

“Im Fluß des Lebens” – Mantrayogastunde mit Petra Toeberg und Shankari Susanne Hill

14:00 – 15:30

Faszien Yoga mit Klang mit Silke Schütte

15:30 – 17:00

Klangfarben im Mai mit Sabine Heimer & Jochen Schwarz

15:30 – 17:00

Atemräume mit Marika

17:00 – 18:15

Yin und Yang – Yoga für das Herz mit Anja Engber

17:00 – 18:30

Komm in dein Yoga – INTENSIVE YOGA GANZHEITLICH mit Sandy Kassner

18:30 – 20:00

Be free & grow – Ängste und Stress loslassen “Kundalini meets Yin Restorative “ mit Amanjot

18:30 – 20:00

SOULFUL CONNECTED – Dein Bewusst.Start in den Mai mit Kathrin Burkhardt

20:00-21.00

Yin Yoga – Zur Ruhe kommen am Abend mit Lotte Brockfeld

Tag 4 Montag 03.05.

15:30 – 17:00

Familienyogastunde mit Felicitas Scheel

17:00 – 18:30

Chakra Tanz in den Mai Special mit Christine Florentine

17:30 – 18:30

Yin & Klang mit Gudrun Weisser

18:30 – 20:00

Faszien Yoga – mit Susanne Lehner

18:30 – 20:00

Yogaklassen intuitiv gestalten mit Faszienyoga mit Silke Buchner

20:00 – 21:30

Inneres Kind & Traumaarbeit mit Coach Nic

Tag 5 Dienstag 04.05.

09:30 – 11:00

VINIYOGA mit Ulrike Braak

17:00 – 18:00

all feelings are welcome – Yin Yoga & Coaching mit Andrea Huson

18:30 – 20:00

Yoga für die Frau. Fühle und Lebe deine Weiblichkeit – mit Daniela Strotmann

19:00 – 19:50

SuryaSoul® – when Yoga becomes a DanceOfLife – mit Susanne Ober

20:00 – 21:30

Detox mit Yin Yoga mit Shanti Wade

Tag 6 Mittwoch 05.05.

10:00 – 11:30

Open your heart mit Stefanie Weyrauch

17:00 – 18:00

Thai Yoga Massage mit Sandra Golob

17:30 – 18:30

Hatha Yoga – Strong & mindful movement: Kraft spüren und Dich mit Dir verbinden
mit Simone Deckers

18:00 – 19:30

Yoga Shot & Metta Meditation mit Dagi (Dagmar Birkner-Adolph)

Tag 7 Donnerstag 06.05.

08:00 – 09:00

Willkommen lieber Tag mit Gabi Efferz

18:30 – 20:00

Yoga zum Stressabbau – mit Evi Schneider

20:00 – 21:30

Schmerzfrei Leben – Yoga mit Torsten Acht

Tag 8 Freitag 07.05.

16:00 - 17:00

Prana Yoga- Befreie Deinen Atem mit Marina Bauer-Schönmehl

17:30 - 18:30

Herzesschwingung - Atem und Klang mit Kyra Dimopoulos-Dimminger

18:30 - 20:00

Mit offenem Herzen im Gleichgewicht - mit Eva Nussbächer

18:30 - 19:45

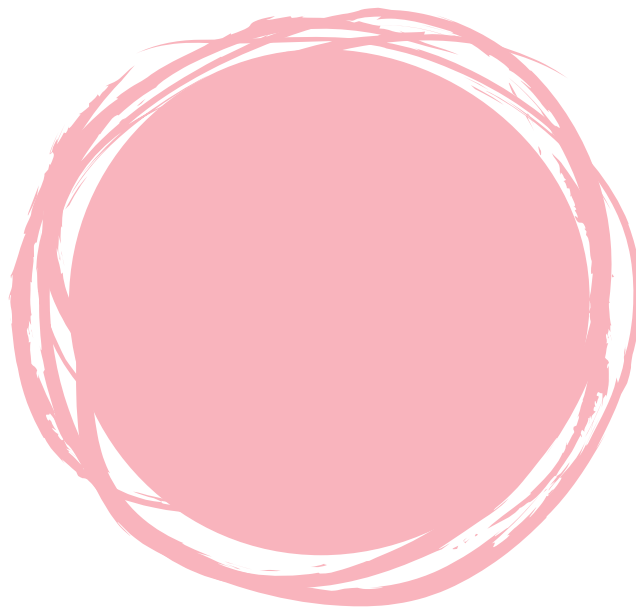
Im Einklang mit dir - Yoga gegen Stress und Erschöpfung mit Hanne Böhnel

20:00 - 21:30

Selbstmassage touch yourself-deeply - mit Stefanie Pieper

20:00 - 21:00

Mantras for Heart'n'Soul mit Shankari Susanne Hill



Tag 9 Samstag 08.05.

11:00 - 12:30

Workshop Yoga & Journaling mit Impulsen für dein Leben abseits der Matte mit
Andine Pfrepper

11:00 - 12:30

Erbühe mit Perpaco Yoga mit Rececca Oellers

15:30 - 17:00

Yin Yoga im Fluss mit Savya Carmen Kubitzek

17:00 - 18:30

Zauberwort Resilienz: Wie Du mit Yoga Deine Widerstandskraft stärken kannst mit
Bettina Nowak

17:00 - 18:30

dance-om Yoga fuer mehr Leichtigkeit mit Kerstin Klimenta

20:00 - 21:30

Kirtan - Chants of Joy mit Shivapriya



Tag 10 Sonntag 09.05.

09:30 – 11:00

YogaReise für Kinder, " Die Schatzinsel " mit Sandra Richter

11:00 – 12:30

Pitanga Yoga- Yoga für Menschen mit erworbenen Hirnschäden mit Daniela von Langen

11:00 – 12:30

Yin Yoga Stunde- Die Kraft der Gedanken mit Saskia Oberdick

12:30 – 13:30

Muttertagsmeditation für Mütter, Väter, Frauen & Männer mit Kathrin Wibbing

14:00 – 15:30

Unstress your life! Gelassenheit im Alltag durch agiles Stressmanagement mit Esther Hartwich

17:00 – 18:00

Yoga sanft & fließend für Innere Balance mit Nika Herzog-Krieger

18:30 – 20:00

Verletzlichkeit leben – mentale Asanas für den Alltag – mit Madhava

20:00 – 21:30

Yin Yoga und Klang mit Tina Buch

