

Programma Yoga Festival 2018 *

Veld	1 Heart	2 Flow	3 Music	4 Wisdom	5 Shakti	6 Meditation	7 Prana	8 Yin	9 Hatha	10 Touch	11 Yang	12 Tantra
Voorprogramma												
Donderdag 28												
15.00 - 16.30		Anusara yoga (Ria van Leeuwen)		Yoga & adem met live muziek (Indra Bose)			Saswitha yoga Landen in jezelf (Noor Palazzi)		Chakra yoga Verlangens (Natarja vd Brink)			
16.30 - 17.00	Live muziek (Nigam & friends)											
17.00 - 17.30	Opening voorprogramma											
17.30 - 19.00	Acroyoga (Iris Martinez)		Easy yoga & mantra (Irene & Eddy)	HangAsana (Ed & Karuna)		Helende Adem (Tom van Huijstee)	Saswitha yoga Inzicht in chakra's (Diana Plenckers)	Yin yang yoga (Anoshe Overington)				
19.00 - 20.00	Diner											
19.30 - 20.30	Mantra & heart songs (Nigam, Eddy & friends)											
20.45 - 22.00	Concert Sacred songs & sounds (Thomas & Dana)						Saswitha yoga Yoga Nidra (Jeanet Heilbron)					
Vrijdag 29 juni												
5.45 - 6.00	Zwemmen in duinmeer											
6.00 - 7.30	Kundalini yoga bij duinmeer (Vir, Eddy & Irene)											
7.30 - 7.45	Karma Yoga: voorbereiden onbijt											
7.45 - 9.15	Yin yang flow Water dragon (Anoshe Overington)	Anusara yoga (Ria van Leeuwen)		Chakra yoga Adem: het wonder (Natarja vd Brink)		Chanting & Meditation (Nigam Overington)	Saswitha yoga Yoga & (zelf) massage (Diana Plenckers)					
9.15 - 10.00	Ontbijt											
10.30 uur op de fiets naar het strand bij West aan zee, strandopgang Knrm												
11.00 - 12.30	Tibetaanse yoga aan zee (Mariette van der Kroon)		HangAsana (Ed & Karuna)	Bhakti Vinyasa yoga Een reis door Ramayana (Mo Stipsen)			Saswitha yoga Open je hart! (Noor Palazzi)					
14.00 - 15.00	Mindful spirited vinyasa Vinyasa (David Lurey)	Hatha yoga XL Creating a strong practice (David van der Gaag)	Yoga in concert Innerflow & music (Jan Kuiper & Yvonne)	Welkom cirkel Ontmoeting & intentie (Indra & Lilian)		Twin heart meditation (Isabel Sips)	Saswitha yoga Dharma van de held (Jeanet Heilbron)			Ayurvedic Massage (Antar Khirad)	Vinyasa yoga (Mark Dowe)	Sensual dance yoga (Peter & Geeske)
14.30 - 16.00												
16.00 - 17.00	Aerial Yoga Basics (eigen bijdrage)	Het pad van yoga (Willemijn Bessem)		Teacher & Musician meeting								
Hoofdprogramma												
17.00 - 17.30	Mantra muziek (Nigam, Eddy & Irene)											
17.30 - 18.00	Ontvangst met Yogi tea, soep & muziek											
18.00 - 19.00	Openingsceremonie: Verwondering											
19.00 - 20.15	Vinyasa yoga An Exploratory practice (David Lurey)	Anusara yoga Therapeutics (Katchie Ananda)	Body percussie & stembvrijding (Roy Groeneveld)	Spoedcursus Verlichting (Tijn Touber)	Tao training Vitale organen (Mattijs van Katwijk)	Mindful Yoga (Myrna v Kemenade)	Saswitha yoga Alles in één (Diana Plenckers)	Yin yoga Arrive in Wonder (Anoshe Overington)	Why yoga The essence of yoga (Vijay Gopala)	AcroYoga Therapeutic flying (AcroYoga Team)	Vinyasa yoga (Mark Dowe)	Verbinding & intimiteit (Willemijn Bessem)
20.15 - 21.00	Diner & Yogi Tea											
21.30 - 23.00	Live Concert (Praful, Avi, Heiko & friends)		Mantra & heartsongs (ShivaSamba & friends)	21.15-22.15 uur Digestive Psychology Psychology (Casper Poeyck)			21.15-22.15 uur Vrouwen energie & overgang (Lilian Kluivers)					
Legenda												
	Groen = Live muziek & beweging	Licht blauw = meditatie, lezing & sharing	Licht geel = meditatie yoga & beweging	Geel = fysieke yoga voor alle niveaus	Oranje = flow yoga, ervaring wenselijk	Rood = yoga ervaring vereist	Licht roze = Women only	Blauw = Men only	Roze = Tantra			

Programma Yoga Festival 2018 *

Veld	1 Heart	2 Flow	3 Music	4 Wisdom	5 Shakti	6 Meditation	7 Prana	8 Yin	9 Hatha	10 Touch	11 Yang	12 Tantra
Zondag 1 juli												
5.15							5.15-7.15 uur					
5.30	Op de fiets naar strand West aan zee, strand opgang bij KNRM						Saswitha yoga Het grote wonder (Diana Plenckers)					
5.45 - 7.15	Kundalini yoga aan zee (Vir, Eddy & Irene)											
7.15 - 9.15	Karma yoga: voorbereiden onbijt											
7.45 - 9.15	Vinyasa yoga (Mark Dowe)	Primal flow (Nianna Bray)	Chanting & silent meditation (Nigam Overington)	Hatha yoga The practise of posture (Vijay Gopala)	Ayurvedic practise Exercises & meditation (Katchie Ananda)	Do-In & meditatie met helende klanken (Lilian Kluiwers)	Saswitha yoga Mysterie van materie (Natarja vd Brink)	Yin yang Flow Govinda Flow (Anoshe Overington)	Deugdnyoga Verwondering (Patty Jongemaets)	Tao training Wonder meridianen (Mattijs van Katwijk)	Critical alignment yoga (Henriëtte Yland)	Tantra Transcendence (Antar Khirad)
9.15 - 10.00	Ontbijt Concert (Irene Sportel)		Vertrek 10.30: Yoga op strand 11.00 - 12.30 bij West aan Zee, strandopgang Knrm			10.30 Bij duinmeer, verzamelen bij fietsen						
			Restorative yoga Magic and wonder (Eline van de Kam)	Vinyasa yoga aan zee (Mo Stipsen)		AcroYoga Backward flying (Acroyoga team)		Do-In & zelf acupressuur (Lilian Kluiwers)				
10.30 - 12.30	Vinyasa yoga Time to make a stand (Katchie Ananda)	Klassieke Indiase zang workshop (Marianne & Heiko)	Healing Sound & touch (Praful & Vimal)	Satsang Wonder of inspiration (Vijay Gopala)	Sensual embody- ment for women (Nianna Bray)	TRE Workshop (Patric Boo)	Pranayama Breathing into Stillness (David Lurey)	HangAsana & Yin yoga (Ed & Karuna)	Hatha yoga Backbending Special (David van der Gaag)	Kinderyoga voor volwassenen (Patty Jongemaets)	Ashtanga yoga Full primary series (Jurre & Megan)	Mankracht Tao van de man (Mattijs van Katwijk)
12.30 - 13.30	Lunch Concert (ShivaSamba)											
13.45 - 15.00	Yin yoga & klassiek concert (Anoshe, Marianne & Lilian)	Vinyasa yoga (Mark Dowe)	Mantra & sharing circle (Indra, Eddy & Irene)	Bhakti vinyasa yoga Reis door Bhagavad Gita (Mo Stipsen)	Well-being for women (Coco Bliss)	Osho kundalini meditatie (Nigam Overington)	Pranic healing workshop (Isabel Sips)	Yin yoga meditatie & mantra (Irene Sportel)	Tibetaanse yoga (Mariette de Kroon)	Kundalini yoga (Marieke de Lange)	Therapeutic Yoga (Astrid van Zon)	Yin yoga & partnerwork (Dieke Bikker)
15.00 - 15.30	Afsluitingsceremonie											
16.00 - 18.30	Aerial yoga Yin, Restore & Recharge (Janneke)											
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	Licht roze = Women only	Blauw = Men only	Roze = Tantra			

Programma Yoga Festival 2018 *

Massage	Healing	Healing	Breath																																																		
<p>Massages en individuele healing sessies **</p> <p>Massage tent</p> <p>Tijdens het gehele festival:</p> <table border="0"> <tr><td>Deep tissue massage</td><td>Francis Schwegman</td></tr> <tr><td>Chi Nei Tsang</td><td>Ans Berkelaar</td></tr> <tr><td>Thaise massage</td><td>Sandra Idzing</td></tr> <tr><td>Pranic healing</td><td>Isabel Sips</td></tr> <tr><td>Essential Touch</td><td>Vincent Ahoïnai</td></tr> <tr><td>Reiki sessies</td><td>Malou ter Horst</td></tr> <tr><td>Thai Dee yogamassage</td><td>Astrid Boekee</td></tr> </table> <p>Voor het complete aanbod zie de massage & healing informatie op het festival. ** Eigen bijdrage</p>	Deep tissue massage	Francis Schwegman	Chi Nei Tsang	Ans Berkelaar	Thaise massage	Sandra Idzing	Pranic healing	Isabel Sips	Essential Touch	Vincent Ahoïnai	Reiki sessies	Malou ter Horst	Thai Dee yogamassage	Astrid Boekee	<p>Healing sessies Brenda & Michael</p> <p>Healing temple Voor bewust zijn, rust, ondersteuning en ontspanning</p> <p>Vrijdag</p> <table border="0"> <tr><td>11.00 - 12.00</td><td>Healing (groeps) sessie</td></tr> <tr><td>15.00 - 16.00</td><td>Healing (groeps) sessie</td></tr> </table> <p>Zaterdag</p> <table border="0"> <tr><td>10.00 - 11.00</td><td>Healing (groeps) sessie</td></tr> <tr><td>14.00 - 15.00</td><td>Healing (groeps) sessie</td></tr> </table> <p>Zondag</p> <table border="0"> <tr><td>10.00 - 11.00</td><td>Healing (groeps) sessie</td></tr> <tr><td>13.30 - 14.30</td><td>Healing (groeps) sessie</td></tr> </table> <p>Naast deze sessies, individuele sessies op afspraak Zie hiervoor healing & massage informatie op festival.</p>	11.00 - 12.00	Healing (groeps) sessie	15.00 - 16.00	Healing (groeps) sessie	10.00 - 11.00	Healing (groeps) sessie	14.00 - 15.00	Healing (groeps) sessie	10.00 - 11.00	Healing (groeps) sessie	13.30 - 14.30	Healing (groeps) sessie	<p>Soundhealing & relax</p> <p>Sound healing tent</p> <p>Vrijdag</p> <table border="0"> <tr><td>15.00 - 16.00</td><td>Soundhealing (Thomas)</td></tr> <tr><td>19.00 - 20.15</td><td>Gong Klankconcert (Frank)</td></tr> </table> <p>Zaterdag</p> <table border="0"> <tr><td>10.30 - 12.30</td><td>Yoga & gong (Vir)</td></tr> <tr><td>15.30 - 17.00</td><td>Klankconcert (Thomas)</td></tr> <tr><td>18.15 - 19.30</td><td>Toveren met Gongklanken (Frank)</td></tr> </table> <p>Zondag</p> <table border="0"> <tr><td>10.30 - 12.30</td><td>Yoga & gong (Vir)</td></tr> <tr><td>13.45 - 14.45</td><td>Gong Klankconcert (Frank)</td></tr> </table>	15.00 - 16.00	Soundhealing (Thomas)	19.00 - 20.15	Gong Klankconcert (Frank)	10.30 - 12.30	Yoga & gong (Vir)	15.30 - 17.00	Klankconcert (Thomas)	18.15 - 19.30	Toveren met Gongklanken (Frank)	10.30 - 12.30	Yoga & gong (Vir)	13.45 - 14.45	Gong Klankconcert (Frank)	<p>Helende Adem Tom van Huijstee</p> <p>Adem tent</p> <p>Donderdag</p> <table border="0"> <tr><td>17.30-19.00</td><td>Introductie</td></tr> </table> <p>Vrijdag</p> <table border="0"> <tr><td>14.30 - 16.00</td><td>Introductie</td></tr> </table> <p>Zaterdag</p> <table border="0"> <tr><td>10.30 - 12.30</td><td>Introductie</td></tr> <tr><td>15.00 -17.00</td><td>Intensive</td></tr> </table> <p>Zondag</p> <table border="0"> <tr><td>10.30 - 12.30</td><td>Introductie</td></tr> </table> <p>Lees de omschrijving in het programmaboekje.</p>	17.30-19.00	Introductie	14.30 - 16.00	Introductie	10.30 - 12.30	Introductie	15.00 -17.00	Intensive	10.30 - 12.30	Introductie
Deep tissue massage	Francis Schwegman																																																				
Chi Nei Tsang	Ans Berkelaar																																																				
Thaise massage	Sandra Idzing																																																				
Pranic healing	Isabel Sips																																																				
Essential Touch	Vincent Ahoïnai																																																				
Reiki sessies	Malou ter Horst																																																				
Thai Dee yogamassage	Astrid Boekee																																																				
11.00 - 12.00	Healing (groeps) sessie																																																				
15.00 - 16.00	Healing (groeps) sessie																																																				
10.00 - 11.00	Healing (groeps) sessie																																																				
14.00 - 15.00	Healing (groeps) sessie																																																				
10.00 - 11.00	Healing (groeps) sessie																																																				
13.30 - 14.30	Healing (groeps) sessie																																																				
15.00 - 16.00	Soundhealing (Thomas)																																																				
19.00 - 20.15	Gong Klankconcert (Frank)																																																				
10.30 - 12.30	Yoga & gong (Vir)																																																				
15.30 - 17.00	Klankconcert (Thomas)																																																				
18.15 - 19.30	Toveren met Gongklanken (Frank)																																																				
10.30 - 12.30	Yoga & gong (Vir)																																																				
13.45 - 14.45	Gong Klankconcert (Frank)																																																				
17.30-19.00	Introductie																																																				
14.30 - 16.00	Introductie																																																				
10.30 - 12.30	Introductie																																																				
15.00 -17.00	Intensive																																																				
10.30 - 12.30	Introductie																																																				

Aerial	Balance	Creation	Kids																																																																				
<p>Aerial Yoga **</p> <p>Aerial yoga veld</p> <p>Vrijdag</p> <table border="0"> <tr><td>16:00 - 17:00</td><td>Basic</td></tr> <tr><td>19:00 - 20:00</td><td>Basic Invite</td></tr> </table> <p>Zaterdag</p> <table border="0"> <tr><td>10:30 - 11:30</td><td>Basic Detox</td></tr> <tr><td>11:45 - 12:45</td><td>Inversions</td></tr> <tr><td>14:30 - 15:30</td><td>Basics</td></tr> <tr><td>15:45 - 16:45</td><td>Inversions</td></tr> <tr><td>18:15 - 19:15</td><td>Restore & Recharge</td></tr> <tr><td>19:30 - 20:30</td><td>Acro Aerial</td></tr> </table> <p>Zondag</p> <table border="0"> <tr><td>10:15 - 11:15</td><td>Basics & Massage</td></tr> <tr><td>11:30 - 12:30</td><td>Inversions</td></tr> <tr><td>13:45 - 14:45</td><td>Acro Aerial</td></tr> <tr><td>16:00 - 17:00</td><td>Aerial Yin</td></tr> <tr><td>17:30 - 18:30</td><td>Recharge</td></tr> </table> <p>** Eigen bijdrage</p>	16:00 - 17:00	Basic	19:00 - 20:00	Basic Invite	10:30 - 11:30	Basic Detox	11:45 - 12:45	Inversions	14:30 - 15:30	Basics	15:45 - 16:45	Inversions	18:15 - 19:15	Restore & Recharge	19:30 - 20:30	Acro Aerial	10:15 - 11:15	Basics & Massage	11:30 - 12:30	Inversions	13:45 - 14:45	Acro Aerial	16:00 - 17:00	Aerial Yin	17:30 - 18:30	Recharge	<p>SUP yoga **</p> <p>Duinmeer</p> <p>Zaterdag</p> <table border="0"> <tr><td>8.15 - 9.00</td><td></td></tr> <tr><td>10.15 - 11.00</td><td></td></tr> <tr><td>11.15 - 12.00</td><td></td></tr> <tr><td>12.15 - 13.00 *</td><td></td></tr> </table> <p>Zondag</p> <table border="0"> <tr><td>8.15 - 9.00</td><td></td></tr> <tr><td>10.30 - 11.15</td><td></td></tr> <tr><td>11.30 - 12.15</td><td></td></tr> <tr><td>13.45 - 14.30 *</td><td></td></tr> </table> <p>* Check of deze les doorgaat ** Eigen bijdrage</p>	8.15 - 9.00		10.15 - 11.00		11.15 - 12.00		12.15 - 13.00 *		8.15 - 9.00		10.30 - 11.15		11.30 - 12.15		13.45 - 14.30 *		<p>Creative workshops</p> <p>Crea tent</p> <p>Vrijdag</p> <table border="0"> <tr><td>19.00 - 20.15</td><td>Kleuren van verwondering (Nadine)</td></tr> </table> <p>Zaterdag</p> <table border="0"> <tr><td>10.30 - 12.30</td><td>Chakra's schilderen op yogakleding (Nadine)</td></tr> <tr><td>14.30 - 17.30</td><td>Open Crea middag</td></tr> </table> <p>Zondag</p> <table border="0"> <tr><td>10.30-12.30</td><td>Het maken van sieraad of instrument.</td></tr> </table>	19.00 - 20.15	Kleuren van verwondering (Nadine)	10.30 - 12.30	Chakra's schilderen op yogakleding (Nadine)	14.30 - 17.30	Open Crea middag	10.30-12.30	Het maken van sieraad of instrument.	<p>Kinder en tiener yoga & activiteiten</p> <p>Kinder veld</p> <p>Vrijdag</p> <table border="0"> <tr><td>19.00 - 19,45</td><td>Wobbel yoga (Rianne)</td></tr> <tr><td>19.45 - 20.15</td><td>Mantra zingen voor kinderen & ouders (Irene, Eddy)</td></tr> </table> <p>Zaterdag</p> <table border="0"> <tr><td>10.30 - 12.30</td><td>Wobbelyoga & Kinderyoga (4-10 jaar) (Rianne & Sanne)</td></tr> <tr><td>10.30 - 12.30</td><td>Tieneryoga 10-16 jaar (Emmelie)</td></tr> <tr><td>15.00 - 16.00</td><td>Ouder & kind acro yoga 2,5 -10 jaar (Esther)</td></tr> <tr><td>16.00 - 17.00</td><td>Massage voor kinderen & ouders welkom (Sanne)</td></tr> </table> <p>Zondag</p> <table border="0"> <tr><td>10.30 - 12.30</td><td>Kinderyoga 4-10 jaar(Emmelie)</td></tr> <tr><td>10.30 - 12.30</td><td>Tieneryoga 10-16 jaar (Sanne)</td></tr> <tr><td>13.45-15.00</td><td>Yoga, verhalen & muziek 4-10 jaar (Emmelie)</td></tr> </table> <p>Meer informatie op het kinderveld</p>	19.00 - 19,45	Wobbel yoga (Rianne)	19.45 - 20.15	Mantra zingen voor kinderen & ouders (Irene, Eddy)	10.30 - 12.30	Wobbelyoga & Kinderyoga (4-10 jaar) (Rianne & Sanne)	10.30 - 12.30	Tieneryoga 10-16 jaar (Emmelie)	15.00 - 16.00	Ouder & kind acro yoga 2,5 -10 jaar (Esther)	16.00 - 17.00	Massage voor kinderen & ouders welkom (Sanne)	10.30 - 12.30	Kinderyoga 4-10 jaar(Emmelie)	10.30 - 12.30	Tieneryoga 10-16 jaar (Sanne)	13.45-15.00	Yoga, verhalen & muziek 4-10 jaar (Emmelie)
16:00 - 17:00	Basic																																																																						
19:00 - 20:00	Basic Invite																																																																						
10:30 - 11:30	Basic Detox																																																																						
11:45 - 12:45	Inversions																																																																						
14:30 - 15:30	Basics																																																																						
15:45 - 16:45	Inversions																																																																						
18:15 - 19:15	Restore & Recharge																																																																						
19:30 - 20:30	Acro Aerial																																																																						
10:15 - 11:15	Basics & Massage																																																																						
11:30 - 12:30	Inversions																																																																						
13:45 - 14:45	Acro Aerial																																																																						
16:00 - 17:00	Aerial Yin																																																																						
17:30 - 18:30	Recharge																																																																						
8.15 - 9.00																																																																							
10.15 - 11.00																																																																							
11.15 - 12.00																																																																							
12.15 - 13.00 *																																																																							
8.15 - 9.00																																																																							
10.30 - 11.15																																																																							
11.30 - 12.15																																																																							
13.45 - 14.30 *																																																																							
19.00 - 20.15	Kleuren van verwondering (Nadine)																																																																						
10.30 - 12.30	Chakra's schilderen op yogakleding (Nadine)																																																																						
14.30 - 17.30	Open Crea middag																																																																						
10.30-12.30	Het maken van sieraad of instrument.																																																																						
19.00 - 19,45	Wobbel yoga (Rianne)																																																																						
19.45 - 20.15	Mantra zingen voor kinderen & ouders (Irene, Eddy)																																																																						
10.30 - 12.30	Wobbelyoga & Kinderyoga (4-10 jaar) (Rianne & Sanne)																																																																						
10.30 - 12.30	Tieneryoga 10-16 jaar (Emmelie)																																																																						
15.00 - 16.00	Ouder & kind acro yoga 2,5 -10 jaar (Esther)																																																																						
16.00 - 17.00	Massage voor kinderen & ouders welkom (Sanne)																																																																						
10.30 - 12.30	Kinderyoga 4-10 jaar(Emmelie)																																																																						
10.30 - 12.30	Tieneryoga 10-16 jaar (Sanne)																																																																						
13.45-15.00	Yoga, verhalen & muziek 4-10 jaar (Emmelie)																																																																						