

VYN GOES EAST

YOGACONGRES 2019, MENNORODE IN ELSPEET

Vrijdag 10 mei

10.00 - 10.45 uur

Tibetaanse monnik
Geshe Nawang Zopa

Plenaire opening

Workshops 11.00 - 13.00 uur

Geshe Nawang Zopa
Aalt Aalten
Remco de Groot
Vera Gubbels

Lezing
Aiki aanpak
Gita Yoga
Dru yoga

Dagworkshop

Swami Matripura

Himalaya yoga

Workshops 15.00 - 17.30 uur

Martijn Hoogstra
Jose de Groot
Manon Simonis
Rolf van Baalen

Diite Yoga
Yin Yoga
Ashtanga Yoga
Vinyasa yoga

Dagworkshop

Swami Matripura

Himalaya yoga

Avondprogramma 20.00 - 22.00 uur

Lisa Larpa
Anneke Witmans
Jeska Onderwater

Harpconcert
Workshop Godinnendans
Zangcirkel, samenzang

Zaterdag 11 mei

'vroeger vogels'

Wandeling 6.45 - 8.00 uur

Margriet van Kampen
Corine van Dommelen
Sasha Pfeiffer

Wandelen
Ochtendyoga
Ochtendyoga

Workshops 10.00 - 12.00 uur

Ilona Pluijmaekers
Patty Jongemaets
Anoshe Overington

Anusara Yoga
Deugdenyoga
Stress & burnout voor vrouwen

Dagworkshop

Astrid Eijgenberger en
Irma Jaspers
Monique Nass

Yantra's en mantra's
Lu Jong, Tibetaanse yoga

Workshops 14.00 - 16.30 uur

Daphne van Lunzen
Danielle Gfeller
Miriam Alberts

EHBO en pathologie
Iyengar yoga
Yoga en Ayurveda

Dagworkshop

Monique Nass
Astrid Eijgenberger en
Irma Jaspers

Lu Jong, Tibetaanse yoga

Yantra's en mantra's

Plenaire afsluiting 16.45 - 17.15 uur

Wim van de Laar
Gezamenlijk diner

Upanishads