

# YOGA-FESTIVAL MARBURG 2018

WANN?	GRÜNER RAUM (YOGA STUDIO)	GELBER RAUM (YOGA STUDIO)	PAVILLION (YOGA STUDIO)	WEGWARTE	PODEST (nur bei gutem Wetter)
09:30-10:00			Begrüßung, Meditation, OM-Singen		
10.00-11.00	Yoga leichte Mittelstufe (Team)	Yoga sportlich, Sonnengröße (Lisa S.)	Aerial Yoga (Anne & Ellen)	Vinyasa Flow (Ulrike)	
11.30-12.30	Klangentspannung nach Monochorden (Anette)	Yoga für die Hormonbalance (Ulrike)	Aerial Yoga (Anne & Ellen)	Ashtanga Yoga (Kristina)	Bamboostick Yoga (Werner)
13.00-14.00	Forrest Yoga (Anja Castner)	12.45 Uhr: Vortrag Dr. Ott: Neuste Forschungsergebnisse Pranayama, Yoga und Gesundheit	Aerial Yoga (Anne & Ellen)	Lach Yoga (Ela)	Yoga für Geübte (Team)
14.00-15.00	*** MITTAGSPAUSE ***	13.45 -14.45 Uhr: Praxisstunde zum Vortrag (Janika Epe)	*** MITTAGSPAUSE ***	14.30-16.15 Uhr: Thai Yoga Massage (Marian)	*** MITTAGSPAUSE ***
15.00-16.00	Fordernde Mittelstufe, Armbalancen und Umkehrpositionen (Daniel)	Vortrag Dr. Ott: Neuste Forschungsergebnisse Pranayama, Yoga und Gesundheit	Aerial Yoga (Anne & Ellen)	Thai Yoga-Massage (Marian)	Yoga leichte Mittelstufe (Team)
16.30-17.30	Vortrag: Heilende Kraft des Atems (Anita)	Kundalini Yoga (Karin)	16.00-17.30 Uhr: Acro Yoga (Melli & Rina)	Meditatives Yoga (Michael)	Bamboostick Yoga (Werner)
18.00-19.00	Sivananda Yoga Rishikesh Reihe (Team)	Yoga Nidra (Anke B.)	Yin Yoga (Lilia)	Faszien Yoga (Lisa)	

## EVENTS am Abend

WANN?	INNENHOF	PAVILLION
ab 19.30 Uhr	Acro Yoga (Melli & Rina)	bei Regen: Acro Yoga (Melli & Rina)
ab 19.45 Uhr	Babelli Beatbox	bei Regen: Babelli Beatbox
ab 20.00 Uhr		Mantra-Konzert (Art of Living Band)

