

JÄRNA YOGADAG	LÖRDAG 24 aug 2019			
tid	stora salen	eurytmi stor	eurytmi mindre	caféet
4:45 - 7:15	Aquarian Sadhana with Karta Purkh			
7:15 - 8:00	FRUKOST			
8:00 - 9:15	The healing journey Sohan Kaur (Eng)	Yoga - Inspelning Adam Svensson	Pelvic Floor Essentials Bettina Sat Hari Kaur	
9:15 - 9:25				
9:25 - 10:40	Love like a Yogi Simran Singh (Eng)	Psykiatri, hjärnan och magen Anne-Christine Fredman	Nystart i livet med Ayur Veda Tia Jumbe	
10:40 - 10:50	PAUS			
10:50 - 11:55	Align yourself! Karta Purkh Singh (Eng)	Att hantera ilska Mika Frost Yoga+Meditation	Treating addictions Zsuzsanna Beres (Eng)	
11:55 - 12:00	PAUS			
12:00 - 12:45	Meet & Greet + Festival meditation Jiwan Shakti Kaur, Siri Sadhana Kaur (Eng)			
12:45 - 13:45	LUNCH			
13:45 - 14:45	Gongbad	En Yogisk resa Mika Frost	Yogic Business Simran Singh (Eng)	SKOGSBAD - Shinrin Yoku Anne-Christine Fredman 13.45-15.30
14:45 - 15:00	PAUS			
15:00 - 15:30	We are all One Charlotte Åström, Karta Purkh Sing, Jiwan Shakti			
15:30 - 16:00	PAUS			
16:00 - 18:00	From Me to We - Nätverksträff Yogalärare, SKY, alla välkomna. (Sve)	Mjuk Yoga och Stretch		
18:00 - 19:30				
19:30 - 21:00	Concert and Mantra Singing Siri Sadhana Kaur, Har Dyall			
Reservation för eventuella ändringar				