

Die Lange Yoga Nacht 2019 im annahof, Augsburg, am 23. November 2019 wieder mit einem hochkarätigen Programm, für Anfänger auch geeignet:

Lange Yoga Nacht 2019 - Programm (LYN19)					
	Veranstaltungsraum	Vortragsraum	Seminarraum 1	Seminarraum 2	Meditationsraum
16:00 bis 16:45	Eröffnung				
16:45 - 17:00	Pause	Pause	Pause	Pause	Pause
17:00 -18:00	Prana-Flow-Yoga Melanie Wagenbrenner	Lach-Yoga - Lachen ist gesund Anna Pöhlmann	17:00 <b>Vortrag</b> : Willst Du überleben oder frei sein Gabriele Wölfel Doula - "Dienerin der Frau" 17:30 <b>Vortrag</b> über selbstbestimmte und natürliche Geburt Amrit	Kinderyoga - Die Suche nach dem Mondschatz Nina Hortig <b>kostenlos</b>	Yogaflow mit YinAsanas Sita Shanti
18 - 18:15	Pause	Pause	Pause	Pause	Pause
18:15 - 19:15	NYC.Yoga Style Nathalie Pollinger	Erkennt wer du bist und lebe Dein Potenzial Reconnective Healing® und The Reconnection® unterstützen Dich dabei Elke Tumbach	Zeit der zwei Herzen - Yoga für Schwangere und alle, die sich 60 Minuten so fühlen möchten Amrit	18:15: <b>Vortrag</b> : Seelenreise und Zeitqualität - ein astrologischer Blick auf das Hier und Jetzt. Harald Ulmer 18:45: Indische Gewürze - Vortrag Gurmeed	Vortrag & Business-Meditation: Resilienz am Arbeitsplatz Robert Brunner
19:15 - 19:30	Pause	Pause	Pause	Pause	Pause
19:30 - 20:30	Kundalini Yoga - Ich Du Wir Hari und Katrin	Luna Yoga Iris Fuchs	Augentraining oder Sonnengruß Alice Harini Tzinoglu	Yoga und Atmung: Erlebe deine Energie und deinen Flow durch bewusstes Atmen Michaela Mayr	Neumond Edition: Chandra Namaskar Melly Andernach
20:30 - 20:45	Pause	Pause	Pause	Pause	Pause
20:45 - 21:45	Yin Yoga (bis 21:30) Nina Hortig	Mantra-Yoga mit Live-Musik Gabriele und Sinah	ZhiNeng QiGong Marianna Monte	Yoga leben - Glückseligkeit im Alltag Christina Förschner	Interkultureller Singkreis Florian Litzfelder
21:45 - 22:00	Pause	Pause	Pause	Pause	Pause
22:00 - 23:00	Konzert: Mandara				

Webseite: [www.lyn19.de](http://www.lyn19.de)

Anmeldung & Tickets: <https://langeyoganacht.wordpress.com/tickets/>

Facebook: [@LangeYogaNacht2019Augsburg](https://www.facebook.com/LangeYogaNacht2019Augsburg)