

## Taevalava / Linnusehoov vabas õhus

Kaasa matt! / Festivalipassiga

## Vihmasaal

Töötoad / Wiedemanni 15  
Kaasa matt! / Lisapanus 5 €

## Joogatuba

Loengud / Ehte 14  
Lisapanus 5 €

## Pharma Nord tervisetelk

Linnusehoov / tasuta!

## Lasteprogramm

Linnusehoov  
4-11 -aastastele / Festivalipassiga!

12.00	<b>AVAMINE NAERUJOOGAGA</b> Ananda Das (India)					12.00
12.30						12.30
13.00	<b>STRONG WILD AND FREE</b> Vinyasa Yoga Justin Michael Williams (USA)		<b>KUIDAS UJUDA ILUTOOSTUSES VASTUVOOLU?</b> Märt Miljan ja Helen Hirv	<b>TOIDULISANDID – KUIDAS VALIDA?</b>		13.00
13.30						13.30
14.00				<b>SELEENIPUUDUS</b>		14.00
14.30						14.30
15.00	<b>HÄÄLERÄNNAK</b> Hedvig Hanson	<b>SÜGAV MEDITATSIOONITÖOTUBA</b> Ananda Das (India)	<b>ARMASTUS VÕI HIRM?</b> Elsa Saks		<b>LIIGESTE TERVISE TOETAMINE</b> Uuri programmi ka aroomitelgi ja Soome pärimusliku teraapilise ravimassaaži telgi juures! 15:00 – 15:30	15.00
15.30						15.30
16.00				<b>KULDNE MOLEKUL Q10</b>		16.00
16.30						16.30
17.00	<b>YOGAFUNC + JAGASPACE LIVE</b> Jocke Salokorpi	<b>FIND YOUR PASSION, ROCK YOUR PURPOSE</b> Justin Michael Williams (USA)	<b>VABAKS VÕITLUSEST SÖÖMISEGA JA MUREST KEHAKAALU PÄRAST!</b> Aigi Vahing	<b>KROOM JA AINEVAHETUS</b>		17.00
17.30						17.30
18.00						18.00
18.30						18.30
19.00	<b>KONTSERT</b> Hedvig Hanson	<b>FULLVINYASA</b> Jocke Salokorpi				19.00
19.30						19.30
20.00						20.00
20.30	<b>EKSTAATILINE TANTS</b> Taivo Peterson ja Margit Foht					20.30
21.00						21.00
21.30						21.30
22.00						22.00
22.30						22.30
23.00	<b>TULEMEDITATSIOON</b> Justin Michael Williams (USA) 23:00 – 23:30	<b>GONGIÖÖ</b> Jagaspac 23:50 – 07:00				23.00
23.30						23.30
00.00						00.00

Korraldaja jätab endale õiguse teha programmis muudatusi. Linnusehoovi programm on festivalipassi või päevapileti hinna sees, siseruumides soovime lisapanust 5 €. Siseruumides ole palun kohal õigeaegselt. Lapsed osalevad lasteprogrammis vanema vastutusel, tegemist pole lastehoiuga. **VIP pileti omanik!** Palun ole aegsasti kohal, sest 5 min enne töötoa algust müüakse vabad kohad välja.

## Taevalava / Linnusehoov vabas õhus

Kaasa matt! / Festivalipassiga

## Vihmasaal

Töötoad / Wiedemanni 15  
Kaasa matt! / Lisapanus 5 €

## Joogatuba

Loengud / Ehte 14  
Lisapanus 5 €

## Pharma Nord tervisetelk

Linnusehoov / Tasuta!

## Lasteprogramm

Linnusehoov  
4-11 -aastastele / Festivalipassiga!

06.00						06.00
06.30						06.30
07.00						07.00
07.30						07.30
08.00						08.00
08.30						08.30
09.00						09.00
09.30						09.30
10.00	<b>YIN-YANG JOOGA</b> Liisianne Kruusmägi, elav muusika Anett Kubin ja Liisi Voolaid					10.00
10.30						10.30
11.00						11.00
11.30	<b>AKROJOOGA</b> Ingmar Ploom & Kristin Hansen	<b>MEDITATION FOR PEOPLE WHO CAN'T STOP THINKING</b> Justin Michael Williams (USA)	<b>OMA HINGEHÄÄLE LEIDMINE</b> Hedvig Hanson	<b>SELEENI KASULIKKUS</b>		11.30
12.00						12.00
12.30				<b>D-VITAMIIN</b>		12.30
13.00						13.00
13.30	<b>LOVE &amp; GRATITUDE FLOW</b> Yin jooga Justin Michael Williams (USA)	<b>MIS ON TÕELINE JOOGA? WHAT'S REAL YOGA?</b> Ananda Das (India)	<b>KESET ELU</b> Peep Väin			13.30
14.00						14.00
14.30				<b>UURINGUTEST Q10-GA</b>		14.30
15.00						15.00
15.30	<b>KUNDALINI JOOGA</b> Ananda Das (India)	<b>WOMB YOGA NAISTELE</b> Katri Ristal	<b>ELUSTIILETTEVÕTLUS: TÖÖ, MILLE VALIB SÜDA</b> Merit Raju		<b>LIIGESTE TERVISE TOETAMINE</b> Uuri programmi ka aroomitelgi ja Soome pärimusliku teraapilise ravimassaaži telgi juures! 15:00 - 15:30	15.30
16.00						16.00
16.30						16.30
17.00						17.00
17.30						17.30
18.00						18.00

Korraldaja jätab endale õiguse teha programmis muudatusi.  
Linnusehoovi programm on festivalipassi või päevapileti hinna sees,  
siseruumides soovime lisapanust **5 €**. Siseruumides ole palun kohal õigeaegselt.  
Lapsed osalevad lasteprogrammis vanema vastutusel, tegemist pole lastehoiuga.  
**VIP pileti omanik!** Palun ole aegsasti kohal,  
sest 5 min enne töötoa algust müüakse vabad kohad välja.