

**Фестиваль "Международный день йоги", Санкт-Петербург, 20-21 июня 2015 года**

**Программа мастер-классов, второй день, 21 июня**

зал	Синий зал	Красный зал	Веранда	Зал	Класс
06:00				06:00 <u>Медитация Анапанасати</u> <u>Деви Гида.</u>	
06:30					
07:00					
07:30				07:30 <u>Балансовая Гибкость.</u> <u>Деви Гида.</u>	
08:00			08:00 108 кругов приветствия Солнцу. <u>Нил Кулкарни.</u>		
08:30					
09:00		09:00 <u>Мантра йога.</u> <u>Т.В. Рампрасадх</u>			09:00 <u>Пробуждающий утренний комплекс.</u> <u>Наталья Ёлшина.</u>
09:30	09:30 <u>Цигун.</u> <u>Алексей Соценко.</u>				
10:00		10:00 <u>Пранаяма: дыхание как канал</u> <u>гармонии и благополучия.</u> <u>Эвелина Лоттэ.</u>			
10:30					
11:00	<b>11 : 00 - 12 : 00 Б р а н ч ( п о з д н и й з а в т р а к )</b>				
11:30					
12:00	12:00 <u>Универсальные психические</u> <u>инструменты в технологиях здоровья</u> <u>и саморазвития.</u> <u>Андрей Лобанов.</u>	12:00 <u>Натяя Йога.</u> <u>Индира Кадамби.</u>	12:00 <u>Чайная церемония.</u> <u>Дмитрий Золотаревский.</u>	12:00 <u>Йога Нидра.</u> <u>Алина Хайрулина.</u>	12:00 <u>Ароматерапия. Аромат счастливой</u> <u>женщины.</u> <u>Светлана Куликова.</u>
12:30			13:00 <u>Расслабляющий комплекс.</u> <u>Наталья Ёлшина.</u>	13:00 <u>Дыхание. Здоровье. Бон Дзогчен.</u> <u>Пама Чонгтул Ринпоче</u>	
13:00					
13:30			14:30 <u>Философия Йоги как основа</u> <u>медитации.</u> <u>Нил Кулкарни.</u>	14:00 <u>Парная йога.</u> <u>Светлана Лобанова.</u>	14:00 <u>Мудрость Йоги.</u> <u>Свами Адвайта.</u>
14:00	14:00 <u>Кундалини Йога.Изучи природу ума.</u> <u>Антон Шараев.</u>	14:00 <u>Использование пранаямы для</u> <u>медитации.</u> <u>Йогешвар Картхик.</u>			
14:30					
15:00		15:30 <u>Практика для женщин.</u> <u>Лена Море.</u>	16:00 <u>Ишвара Йога. Бандхи - наше ВСЁ!</u> <u>Ишвара-йога центр СПб.</u>	16:00 <u>Пюющие чаши. Исцеляющий звук.</u> <u>Алла Номерова и Виктория Фирсова.</u>	15:30 Аюрведа как система знаний о человеческой природе. Практическое их применение - йога. <u>Дас Джаянт Кумар.</u>
15:30					
16:00	16:00 <u>Гонг-медитация.</u> <u>Жанна Amrit Satya Kaur Алимбаева.</u>				17:00 <u>Мудрость Йоги.</u> <u>Свами Адвайта.</u>
16:30					
17:00		17:30 <u>За границами Йоги.</u> <u>Ксения Rush.</u>	18:00 <u>YogaFlow System</u> <u>Ирина Яркова и Евгения Гальянова</u>	17:30 <u>Spiritual Yoga.</u> <u>Вишну Шаран Шукла.</u>	
17:30					
18:00					
18:30					
19:00					
19:30	<b>19 : 00 - 20 : 00 у ж и н</b>				
20:00	<b>20 : 00 - 22 : 00 СИНИЙ ЗАЛ</b> <b>Заккрытие Фестиваля. Заключительное слово. Культурная программа.</b>				