

Himalaya

МЕЖДУНАРОДНЫЙ

YOGA

ФЕСТИВАЛЬ

10
ИЮНЯ

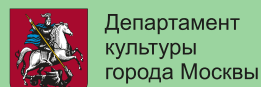
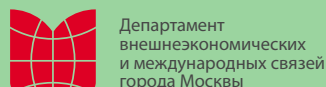
с 08:00
до 20:00

9-й МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ЙОГИ

Москва, парк искусств «Музеон»

ОРГАНИЗАТОРЫ:

МУЗЕОН



VEGETARIAN.RU

ЙОГА
ЖУРНАЛ

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ПАРТНЕРЫ:



ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

ЗОНА 7. СОЛНЕЧНАЯ ЗОНА (У ФОНТАНА)

8:00 - 8:50

Бабаджи Сурья-намаскар

Преподаватель: Кирилл Пьянков

Организация: Центр современной йоги Yogamodern

9:00 - 9:55

Древняя звуковая медитация Ом-чантинг

Преподаватель: Дэви Интойо

Организация: Центр современной йоги Yogamodern

10:00 - 10:50

Кундалини йога

Преподаватель: Артамохина Оксана

Организация: МАК-ЦЕНТР

11:00 - 11:50

Heartfulness йога и медитация.

Преподаватели: Эльвира Мамаева, Ольга Коновалова

Организация: Общественная организация Heartfulness

12:00 - 12:50

Гормональная йога как метод восстановления и оздоровления работы эндокринной системы

Преподаватель: Нунэ Рохас

Организация: YogaHormonal

ЗОНА 1. ГЛАВНАЯ СЦЕНА

10:00 – 10:15

Начало фестиваля. Речь организаторов и партнёров

10:20-11:50

Динамическая медитация на раскрытие сердечного центра в сопровождении звука тибетских поющих чаш. Тантра Сердца

Преподаватели: Шива Гириш и Гюльнара Сахани

Организация: Академия звукотерапии и медитации SoundPrana

12:00 - 12:20

Индийская культурная программа

12:30 - 13:50

Йога для продвинутых» и шоу

Преподаватель: Учитель йоги Вигнеш

Организация: Центр аюрведы и йоги «Керала»

14:00 - 14:20

Индийская культурная программа

14:30 - 15:50

«7 видов Пранаямы для улучшения жизненной энергии»

Преподаватель: Учитель йоги Гангеян

Организация: Центр аюрведы и йоги «Керала»

16:00 - 16:50

Мета-медитация: практика физических, дыхательных и ментальных упражнений

Преподаватель: Феликс Пак

Организация: Йога-клуб HAND

17:00 - 17:50

Гвоздетерапия

Преподаватели: Лана Анучкина и Михаил Кочетков

Организация: Сообщество «Abhaya Life Community»

18:00 - 18:50

Музыкальное выступление: группа Dewi's Band

19:00-19:30

Бакти Прем

19:30 - 20:00

Moscow Kirtan Jam

ЗОНА 2. ЙОГА И МЕДИТАЦИЯ

13:00 - 13:50

"Бережная йога" для начинающих и продолжающих

Преподаватель: Нина Миронова

Организация: Йога-клуб HAND

14:00 - 14:50

Цигун для позвоночника — раскрой грудную клетку

Преподаватель: Тина Митусова

Организация: Проект «Цигун в большом городе»

15:00 - 15:50

Гонг-медитация

Преподаватель: Ольга Семенцова

Организация: МАК-ЦЕНТР

16:00 - 16:50

Знакомство с хатха-йогой. Освоение комплекса Сурья-намаскар и базовых асан

Преподаватель: Зотов Никита

Организация: Студия йоги ШиваШакти

17:00 - 17:50

Медитация на священные звуки. Йога звука

Преподаватели: Гюльнара Сахани и Шива Гириш

Организация: Академия звукотерапии и медитации SoundPrana

18:00 - 18:50

Хатха-Крийя-Йога

Преподаватель: Алексей Байков

19:00 - 20:00

Ресурсное дыхание и раскрытие перикарда

Преподаватель: Ирина Фурсова

Организация: Проект «365YogaDay»

ЗОНА 3. ЛЕКТОРИЙ

10:00 - 10:50

Йогическая психология

Преподаватель: Екатерина Рышкус

Организация: Общественная организация Heartfulness SoundPrana

11:00 - 11:50

Аюррома — аюрведическая ароматерапия: «Как ввести эфирные масла в свою жизнь и избавиться от лекарств раз и навсегда»

Преподаватели: Ирина Фурсова

Организация: Проект «365YogaDay»

12:00 - 12:50

10 морально-нравственные принципы йогины, которые помогают жить в гармонии с собой и окружающим миром

Преподаватель: Ольга Зверева

Организация: Студия йоги «I-YOGA»

13:00 - 13:50

Подход аюрведы к зачатию и беременности

Преподаватель: Доктор Парашурам

Организация: Центр «Айшвария Аюрведа и СПА»

14:00 - 14:50

Медитация и система мета-медитаций

Преподаватель: Феликс Пак

Организация: Йога-клуб HAND

15:00 - 15:50

Знакомство со звукотерапией. Как использовать тибетские поющие чаши в практике йоги?

Преподаватель: Александра Румянцева

Организация: Академия звукотерапии и медитации SoundPrana

16:00 - 16:50

Как продлить молодость и улучшить здоровье с помощью аюрведы

Преподаватель: Доктор аюрведы Джитин

Организация: Центр аюрведы и йоги «Керала»

17:00 - 17:50

Лекция по Атма крия йоге

Преподаватель: Кирилл Пьянков

Организация: Центр современной йоги Yogamodern

ЗОНА 4. ДЕТСКАЯ ЗОНА

12:00 - 15:00

Студия йоги «I-YOGA»

Samsara-game JUNIOR

Трансформационная игра для детей 7-12 лет, основанная на ведических знаниях, где поднимаются вопросы добра и зла, адаптированные для детей этого возраста. Ребенок приходит с любым интересующим его вопросом, на игре нет правильных и не правильных ответов

Йога для детей 7-12 лет с педагогом, сертифицированным на йогу для детей этого возраста

Мастер-класс по рисованию для детей с профессиональным педагогом для детей. Наиболее популярная и востребованная активность для детей

15:00 - 19:00

Центр современной йоги Yogamodern

Серия творческих мастер-классов:

мастер-класс «Делаем браслетики»

мастер-класс «Рисовалка для детей»

мастер-класс по созданию цветов из гофрированной бумаги с конфетами

Мехенди (роспись хной по телу)

ЗОНА 5. ЦЕНТР СОВРЕМЕННОЙ ЙОГИ YOGAMODERN

10:30 - 11:50

Бабаджи Сурья-намаскар
Преподаватель: Светлана Сафиулина

12:00 - 12:50

Лекция и практика «Проект Мантра»
Преподаватель: Маргарита Ичмелян

13:00 - 13:50

Лекция по Атма крия йоге
Преподаватель: Светлана Сафиулина

14:00 - 14:50

Древняя звуковая медитация Ом-чантинг
Преподаватель: Эльвира Сергеева

15:00 - 15:50

Мудры: теория и практика
Преподаватель: Ирина Ишимикли

16:00 - 16:50

Медитация в рисунке «Шри Янтра»
Преподаватель: Ирина Ваулина

17:00 - 17:50

Открытая практика пения мантр: «Защитные мантры – драгоценное наследие»
Преподаватель: Мария Лутта

Аюрведический массаж лица:

12.00—13.45

16.00—18.00

ЗОНА 6. СТУДИЯ ЙОГИ I-YOGA

12:00 - 20:00

Йога в гамаках (в течение всего)



9-й МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ЙОГИ

Москва, парк искусств «Музеон»

10 июня

С 08:00 ДО 20:00