



## Alberto Paganini

Filosoof en yogaleraar met 35 jaar ervaring. Geeft yogalessen en -opleidingen in binnen- en buitenland. Auteur van het boek 'Prana Yoga Flow'.  
[www.yogasoma.be](http://www.yogasoma.be)



## Leen Demeulenaere

Orthopedagoge en auteur van Nelson's Yogaboek. Ze richt zich vooral op kwetsbare groepen en kinderen, ze geeft yogalessen en docentenopleiding voor yoga met kinderen.  
[www.kreakatau.be](http://www.kreakatau.be)



## Yolanda Willems

Yogalerares bij Seva Yoga Kempen, is opgeleid door Flor Stickens en lid van Association of Himalayan Yoga Meditation Societies International



## Greet De Pauw

Vedic chanting docente, yoga therapist en geeft opleiding voor yogadocenten.  
[www.yogadoceren.be](http://www.yogadoceren.be)



## Fabienne De Buysere

Professioneel lesgever volgens de klassieke yoga-traditie van T.Krishnamacharya en TKV Desikachar, organiseert zomer-yogastages voor kinderen en jongeren.

# Internationale Yogadag GRATIS DEELNAME VOOR IEDEREEN !

**09.30-10.00** onthaal

**10.00-12.00** klassieke Yoga traditie met **Greet De Pauw**

Verbinding maken tussen lichaam, ademhaling en geest, een klassieke ademhalingstechniek en een visualisatie. Harmonie en ontspanning: evenwicht tussen stabiliteit met LJ ademhaling en ontspannen.

**12.00-14.00** middagpauze:

het is mogelijk om een middagmaal te bestellen, zie verder. Een eigen lunchpakket opeten in eetzaal of cafetaria is niet toegelaten, buiten kan het wel.

**14.00-15.30** Praktijk met **Alberto Paganini**

Vleugels naar vrijheid. Open je hart en bevrijd je borstkas, schouders, neken armen.

**16.00-17.30** Viniyoga met **Yolanda Willems**

Wanneer bij het beoefenen van Yoga aandacht, adem, lichamelijke en zintuiglijke beleving harmonieus gaan samen-vloeien ontstaat er een gevoel van welzijn

### PROGRAMMA VOOR KINDEREN VAN 6 TOT 12 JAAR

**10.00-12.00** Fabienne De Buysere

Yoga voor kinderen volgens de klassieke yogatraditie

**12u - 14u** middagpauze

**14u - 15u30** Leen Demeulenaere

Yoga voor kinderen met Nelson's yogaboek

**16u - 17u30** Familieyoga met Leen Demeulenaere

#### INSCHRIJVING:

Gelieve je voor 5 juni aan te melden en te laten weten of je een maaltijd bestelt.  
[weekends@yogafederatie.be](mailto:weekends@yogafederatie.be)  
 tel: 015/ 61 04 22 of 0494 33 49 18

#### MEEBRENGEN:

je yogamat

#### MIDDAGMAAL BESTELLEN:

16 euro voor volwassenen, 11 euro voor een kind voor 5 juni overschrijven op BE25 3900 6740 8082  
 Mededeling: naam + middagmaal 17 juni

#### BEREIKBAARHEID:

per wagen en met het openbaar vervoer:  
[www.corsendonkhotels.com/clubs/de-linde/contact/](http://www.corsendonkhotels.com/clubs/de-linde/contact/)

Vakantiecentrum  
 De Linde  
 Kasteelstraat 67  
 2470 Retie

# 17 juni 2018

Uiterste inschrijfdatum:  
 5 juni 2018