

Програма Lviv Yoga Day 2018

01-22 червня

YOGA CHALLENGE

Безкоштовна хатха-йога та медитація

Верхня галявина в парку Івана Франка 08:00 - 09:00 (щоранку!)

23 червня, субота

Площа Ринок

- 15:00 - Офіційне відкриття
- 15:25 - Хатха-йога танець
- 15:30 - Музична мантра-медитація з Джанардана
- 16:10 - Концерт гурту «INARY.project»
- 16:55 - Танець з крилами
- 17:00 - Концерт гурту «GOUR»
- 17:30 - Концерт гурту «Modiwo» (Румунія)
- 18:30 - Концерт гурту «Secret Forest»
- 19:10 - Музична мантра-медитація з Pizza party guys
- 20:00 - Концерт гурту «ATMASFERA»

Палац мистецтв, Коперника 17

08:00-18:00 Хатха-Йога Марафон

- 08:00 - Хатха-йога від сутулості(робота з плечовим поясом) | Руслана Лукошус
- 10:00 - Хатха-йога для гнучкості та зміцнення м'язів | Віктор Сосяк
- 12:00 - Хатха-йога для початківців "Поважай свої ліміти" | Едуард Голяк
- 14:00 - Офісна хатха-йога. Лайфхаки для тих хто багато працює за комп'ютером | Ілля Кузьма
- 16:00 - Ефективні вправи при сколіозі та його профілактика | Таня Ніколаєнко

12:00 - 21:30 Мала сцена

- 12:00 - Відкриття
- 12:10 - Танець з крилами
- 12:15 - Музична медитація з Джанардана
- 12:45 - Медитація для початківців. Теорія+практика
- 13:20 - Музична мантра-медитація
- 14:00 - Хатха-йога танець
- 14:05 - Медитація для початківців. Теорія+практика
- 14:25 - Музична мантра-медитація
- 14:55 - Танцювальне шоу
- 15:00 - Лекторій: "З чого почати здорове харчування"
- 15:45 - Танець з крилами
- 15:15 - Музична медитація з Джанардана
- 15:55 - Медитація для початківців. Теорія+практика
- 16:15 - Музична мантра-медитація
- 16:45 - Кулінарне веге-шоу

17:25 - Хатха-йога танець
17:30 - Медитація для початківців. Теорія+практика
17:50 - Музична мантра-медитація
18:20 - Танець з крилами
18:30 - Концерт гурту «INARY.project»
19:25 - Концерт гурту «AURUM»
20:35 - Концерт гурту «Modiwo» (Румунія)
21:35 – Mantra drum n bass

12:00-18:00 Арт-простір

12:00 - Малювання мандали щастя
14:00 - Медитативний живопис
15:00 - Живопис для літніх людей
17:00 - Нейрографіка
12:00 - Вітражний розпис
14:00 - Створення ловців снів
15:00 - Створення Янголів з шерсті
17:00 - Інтуїтивне малювання

12:00-18:00 Дитяча майстерня

12.00 - Хатха-йога для дітей
13.00 - Арт-терапія "Барвистий левчик"
13.00 - Виготовлення виробів з паперу "Чарівні пташки"
13.00 - Виготовлення відкриток "Люблячі долоньки"
14.00 - Створення спільного малюнка "Дерево бажання"
14.00 - Майстер-клас з виготовлення браслетів "Кольорові намистинки"
14.00 - Виготовлення квітки з кольорового паперу "Квіти для мами"
15.00 - Кулінарний майстер-клас "Health sweet"
16.00 - Розваги для дітей
16.00 - Розпис мехенді,боді арт.
16.30 - Йога танець з дітьми
17.00 - Медитація для дітей
17.30 - Ляльковий театр

12:00-18:00 Веґе фуд-корт

24 червня неділя

Площа Ринок біля Ратуші

18:00 Global Natha Yoga - масштабний хатха-йога флешмоб на Площі Ринок

19:00 Драм дефіліада - барабаний парад з елементами шоу вулицями міста

Палац мистецтв, Коперника 17

08:00-18:00 Хатха-йога марафон

8:00 - Ранковий хатха-йога комплекс для енергії та бадьорості | Деніс Білодід

10:00 - Координація дихання, руху та свідомості у практиці йоги | Таня Гнатюк

12:00 - Хатха-йога для нормалізації кров'яного тиску | Слава Гуцалюк

15:00 - Хатха-йога для попереку та здоров'я спини | Сергій Савельєв

12:00 — 21:30 Мала сцена

12:00 – Відкриття

12:45 - Медитація для початківців. Теорія+практика

13:20 - Музична мантра медитація

14:05 - Медитація для початківців. Теорія+практика

14:25 - Музична мантра медитація з Калінді та Ямуною (ATMASFERA)

14:55 - Інтерактивне танцювальне дійство

15:00 - Йога ток-шоу: "Як стати та бути щасливим? Знання йоги, що допомагають переосмислити свої дії"

15:45 - Танець з крилами

15:55 - Медитація для початківців. Теорія+практика

16:15 - Музична мантра-медитація

16:45 - Спільна арт-практика

17:25 - Хатха-йога танець

17:30 - Медитація для початківців. Теорія+практика

17:50 - Музична мантра-медитація

18:20 - Танець з крилами

18:30 - Концерт гурту «Gour»

19:25 - Музична мантра-медитація з Pizza party guys

20:35 - Mantra Diving від ATMASFERA

21:35 - Mantra drum n bass

12:00-18:00 Арт-простір

12:00 - Медитативний живопис

14:00 - Малювання мандали любові

15:00 - Живопис для літніх людей

17:00 - Вітражний розпис

12:00 - Створення янголів з шерсті

14:00 - Створення ловців снів

15:00 - Живопис пастеллю

12:00-18:00 Дитяча майстерня

12.00 - Хатха-йога для дітей

13.00 - Вироби з кольорового паперу "Левик-Сонечко"

13.00 - Майстер-клас з рукоділля "Гірлянди любові"
14.00 - Виготовлення талісмана "Володар Всесвіту"
14.00 - Майстер-клас по створенню лотоса "Яскрава квітка"
15.00 - Майстер-клас "Чарівна мандала"
15.00 - Малювання кольоровим піском "Картина з піска"
16.00 - Розваги для дітей
16.00 - Розпис хною мехенді, боди арт
16.30 - Квест-змагання "Пошук справжнього скарбу"
17.00 - Танцюють всі
17.30 - Ляльковий театр

12:00-18:00 Веge фуд-корт