

BDYoga-Kongress und -Mitgliederversammlung 2024 | »Yoga bewegt – Mit Yoga bewegen« | Workshops und Begleitprogramm im Überblick

Tag + Zeit	ReferentIn + Workshop					
Freitag, 20.09.2024	Hessenhalle	Großraum Frankfurt	Großraum Berlin	Großraum Hamburg	Stuttgart + Karlsruhe	Erfurt
14 – 15.30 Uhr		Joachim Pfahl Der Kern des Yoga bin ich selbst – »Wenn das Machen aufhört«	Alexandra Eichenauer-Knoll Yogisch die Welt bewegen – authentisches Sprechen im Dialogkreis	Nicole Verheyden Yoga bewegt – auf allen Ebenen	Anja Orttmann-Heuser Yoga bewegt unseren Blutzucker: Chancen für Menschen mit (Prä-)Diabetes	
16 – 17.30 Uhr		Anjali und R. Sriram Vom Einst in die Zukunft	Therese Heinisch Yoga und Macht: Bewusstsein schaffen, Dynamiken transformieren	Angelika Beßler Haltung, die bewegt - Atem, der bewegt	Monika Meyer Positives Zusammenwirken von Yoga und Vedic Chant	Berit Kramer Traumasensibler Yoga mit Kindern – sich spielend wieder spüren
20 Uhr	Begrüßung					
20.15 Uhr	Podiumsdiskussion					
Samstag, 21.09.2024	Hessenhalle	Großraum Frankfurt	Großraum Berlin	Großraum Hamburg	Stuttgart + Karlsruhe	Erfurt
7 – 8 Uhr Morgenpraxis		Thomas Bannenberg Wald-Yoga – Yoga im Wald (draußen)	Evelyn Bierbach Alles fließt. Bewegt und frisch in den (Kongress-)Tag starten	Waltraud Engel Surya-Namaskara mit Bija-Mantren	Simone Gloeckner Yoga bewegt das Herz	
9.30 – 11 Uhr		Anjali und R. Sriram Vom Einst in die Zukunft	Nicole Verheyden Äußere Bewegung – innere Stille? Äußere Stille – innere Bewegung?	Petra Wissmann Kommunikation, die bewegt – Wie achtsames Hinhören die Kommunikationsfähigkeit als YogalehrerIn stärkt	Berit Kramer Traumasensibler Yoga mit Kindern – sich spielend wieder spüren	Lisa Crone Yoga und Tanz als Selbst- forschungspraxis
11.30 – 13 Uhr		Thomas Bannenberg Yoga bewegt Kinder und Jugend- liche - Kinder bewegen Yoga	Alexandra Eichenauer-Knoll Mit Yoga zu krisenfester Gelassenheit	Joachim Pfahl Der Kern des Yoga bin ich selbst – »Wenn das Machen aufhört«	Silke Möbus und Alexandra Wiegels Yoga und Sehtraining – visuelle Klarheit und körperliche Balance	Cornelia Brammen und Mirja Görlach Bindung und Yoga
14 – 18 Uhr	Mitgliederversammlung					
15 – 16.30 Uhr Programm für Nicht-Mitglieder			Cornelia Brammen und Mirja Görlach Gewaltfreie Kommunikation und Yoga			
20 Uhr	Get together					
Sonntag, 22.09.2024	Hessenhalle	Großraum Frankfurt	Großraum Berlin	Großraum Hamburg	Stuttgart + Karlsruhe	Erfurt
7 – 8 Uhr Morgenpraxis		Veronika Karl Von der Bewegung in die Stille	Andrea Maack Motion is Lotion – gesünder dehnen im Yoga?	Thomas Propp Praktikable Partnerübungen bewegen den alltäglichen Yoga-Unterricht	Sylvia Rodeck Yoga bewegt – Mit Yoga bewegen	
9.30 – 11 Uhr		Martin Henninger Tantra	Alexandra Eichenauer-Knoll Yogisch die Welt bewegen – authentisches Sprechen im Dialogkreis	Cornelia Brammen und Mirja Görlach Gewaltfreie Kommunikation und Yoga	Angelika Beßler Haltung, die bewegt - Atem, der bewegt	Therese Heinisch Yoga und Macht: Bewusstsein schaffen, Dynamiken transformieren
11.30 – 13 Uhr		Martin Henninger Integraler Yoga	Nicole Verheyden Yoga bewegt – auf allen Ebenen	Petra Wissmann Kommunikation, die bewegt – Wie achtsames Hinhören die Kommunikationsfähigkeit als YogalehrerIn stärkt	Lisa Crone Yoga und Tanz als Selbst- forschungspraxis	
13 Uhr	Verabschiedung					