



## GLOBAL YOGA CONGRESS

by: **Himalaya**  
SINCE 1930**BARCELONA'19**  
11-12-13 DE OCTUBRE**Congreso de Yoga orientado al aprendizaje y al crecimiento**

Abierto a todos, con un programa específico tanto para aquellos que quieran introducirse en el mundo del Yoga, como para aquellos que sean practicantes de nivel intermedio o avanzado que quieran perfeccionar la práctica.

El Congreso de Barcelona estará formado por un combinado de profesores internacionales como Cristi Christensen, Sandra Howling, Kat Chareon, Yoshio Hama, Ambra Vallo o nacionales y locales como Jordi Canela, Marjoleyne, Joana Masó, Anna Pujol...

Incluirá aspectos prácticos y teóricos para aquellos que quieran introducirse al o profundizar en las enseñanzas más elevadas. Además de Conferencias de Nutrición, Yoga para niños, Conciertos de Bhakti Yoga.

Un sorprendente reto como el Yoga Challenge que será la preparación a unos próximos Yoga Games by GYC con sesiones especiales para profesionales y además una Exposición de Arte Consciente llamada BE que impregnará todos los espacios de la NAU BOSTIK en el GYC de Barcelona.

Con la participación en este Congreso se entregará un Certificado de Formación de Yoga de 30 horas de YogaOne.

## P R O G R A M A D E S E S I O N E S

## VIERNES 11 DE OCTUBRE

De 7.30 a 9 h		
Kundalini	Brenda Hofman	1
De 9.30 a 11 h		
Awaken Your Chakra Connection. Live music with Dvine One	Cristi Christensen	1
Vinyasa Yoga	Kat Chareon	2
Iyengar Yoga	Vladimir Jandov	3
Ashtanga Guiada	Sandra Howling	4
Taller de meditación, Mindfulness y relajación.	Lucía Rodríguez	
De 11.30 a 12.30 h		
Mindfulness	Lorna	C
De 11.30 a 13.30 h		
Vinyasa Yoga	Kat Chareon	1
Acro Yoga	Amanda Quiambao	2
YIN Yoga	Marjolene	3
Dharma Yoga	Yoshio Hama	4
De 13.30 a 14.30 h		
PAUSA		
De 14.30 a 16 h		
Forrest Yoga	Ambra Vallo	1
Journey Dance	Cristi Christensen	2
Jivamukti Yoga	Olga Oskorbina	3
Vinyasa Yoga	Simon Park	4
De 16.30 a 18.30 h		
Vinyasa Yoga	Simon Park	1
Dharma Yoga	Yoshio Hama	2
Iyengar Yoga	Vladimir Jandov	3
Dharma Wheel	Dov & Raquel	4
Yoga Nidra (El sueño Yóguico)	Laia Villegas	C
De 19 a 20.30 h		
Kirtan	Taranna & Friends	5

- 1 SALA 1 · Básico  
2 SALA 2 · Open  
3 SALA 3 · Intermedio  
4 SALA 4 · Avanzado  
C CONFERENCIAS  
N NUTRICIÓN  
K YOGA FOR KIDS

\*Programa de actividades sujeto a cambios

## SÁBADO 12 DE OCTUBRE

De 7.30 a 9 h		
Meditación Yoga con música en vivo	Katya Devi & Oriol Ginestá	1
De 9.30 a 11 h		
Shiva/Shakti- The Play of Opposites. Live music with Dvine One	Cristi Christensen	1
Dharma Yoga	Yoshio Hama	2
Ashtanga Guiada	Sandra Howling	3
Dharma Wheel	Dov & Raquel	4
8 pasos del Yoga	Alvise	C
Vegetarianismo y Yoga	Naren Herrero	N
Yoga padres e hijos	Marta Russinyol	K
De 11.30 a 13.30 h		
Vinyasa Yoga	Simon Park	1
Rocket Yoga	Ambra Vallo	2
Iyengar Yoga	Vladimir Jandov	3
Dharma Yoga	Yoshio Hama	4
Bhagavad Gita I	Naren Herrero	C
8 pasos hacia la alimentación viva	Consol Rodríguez	N
Mandala en familia	Lena Márquez	
De 13.30 a 14.30 h		
PAUSA		
De 14.30 a 16 h		
Hatha Vinyasa Yoga	Kat Chareon	1
Acro Yoga	Amanda Quiambao	2
Hip Opening to open your Lotus	Sandra Howling	3
Inversions + Arm Balances	Simon Park	4
Bhagavad Gita II	Naren Herrero	C
Ayurveda	David Espinosa	N
Yoga Kids Mindfulness	Natalia Del Mas	K
De 16.30 a 18.30 h		
Dharma Wheel	Dov & Raquel	1
Forrest Yoga	Ambra Vallo	2
Iyengar Yoga	Vladimir Jandov	3
Dharma Yoga	Yoshio Hama	4
Alimentación	May Vives	N
De 19 a 20 h		
Soul Fire -A Yoga Dance Experience	Cristi Christensen	1
De 20 a 21 h		
Concierto Kirtan	Ravi Ramoneda	1

## DOMINGO 13 DE OCTUBRE

De 7.30 a 9 h		
Sivananda Yoga	Andrea Nutini	1
De 9.30 a 11 h		
Dharma Wheel	Dov & Raquel	1
Dharma Yoga	Fabio Filippi	2
Kundalini Yoga	Anna Pujol	3
Yoga Challenge 9.30 a 13.30 h	Ambra vallo & Yoshio Hama	4
Yamas & Niyamas	Alvise	C
Juegos de Yoga	Natalia	K
Charla Ayurveda	Christy Repetto	
De 11.30 a 13.30 h		
Vinyasa Yoga	Simon Park	1
Urban Yoga	Ainania	2
Iyengar Yoga	Vladimir Jandov	3
Jivamukti Yoga	Olga Oskorbina	4
Yoga Sutras	Naren Herrero	C
Ayurveda	Fernanda Montoya	N
Mandala en familia	Lena Márquez	
De 13.30 a 14.30 h		
PAUSA		
De 14.30 a 16 h		
Sweet Nectar Vinyasa. Life music with Dvine One	Cristi Christensen	1
Arm Balances, Inversions and Pranayama	Sandra Howling	2
Masaje Thai	Jerzy Badach	3
Dharma Yoga	Yoshio Hama	4
Mitología y Asana	Naren Herrero	C
Alimentación Consciente	Kiira Cabrera	N
Juegos de Yoga	Cristina Rusiñol	K
De 16.30 a 18.30 h		
Iyengar Yoga	Vladimir Jandov	1
Acro Yoga	Joana Masó & Jerzy Badach	2
YIN Yoga	Marjoleyne	3
Vinyasa Yoga	Simon Park	4
Mantra Movie		C
De 18.45 a 20 h CREMONIA CIERRE		
Concierto	Joan Condal	1



Sala 1 Patrocinada por:



Sala 2 Patrocinada por:



Salas 4 y 5 Patrocinadas por:

