

Nordic Yogaspirit



FREITAG 23. JANUAR 2026

4. Winter
Yogafestival
auf der Carlshöhe
Eckernförde

Sahara Yoga Raum		Nomaden Raum		Marrakesch Raum		Casablanca Raum	
13:30 Einlasss							
14:00	Franziska Hanert Deeper Sense Yoga - Heldenreise	14:00		14:00	Marie Anand Loslassen & Gong	14:00	Anna-Lena Haustein Mantra & Heart Opening Yoga – Stimme, Atem & Herzraum
15:30		15:30		15:30		15:30	
15:45	Laura Paulini TheTra-Yoga: Essential Asanas for Modern People	15:45	Birgit Prochnow Yoga Doc	15:45	Lil Nielsen Tantric Heart Puja	15:45	Hannah Jichova Entdecke deine Freiheit
17:15		17:15		17:15		17:15	
17:30	Micheal Stewart Balance into 2026	17:30	Eva Pluharova Chi Flow	17:30	Claudia Wolf Inside Flow	17:30	Janne Boek Kakaozeremonie & Meditation
19:00		19:00		19:00		19:00	
Pause							
20:15	Kirtan mit Michael Stewart						
21:45							

SAMSTAG 24. JANUAR 2026

Sahara Yoga Raum		Nomaden Raum		Marrakesch Raum		Casablanca Raum	
07:30 Einlass							
08:00 09:30	Yvonne Ruprecht Strong spine, soft heart & pure radiance	08:00 09:30	Claudia Wolf Thai Chi Flowing	08:00 09:30	Birgit Prochnow Die Seiten des Körpers Yin & Yang	08:00 09:30	Marie Anand Open your heart for the miracles (Kundalini)
09:45 11:15	Vanessa Park-Pancheri Free your Spine	09:45 11:15	Naresh Längst Alignment Yoga Lab	09:45 11:15	Alice Radha Mantra meets Tantra	09:45 11:15	Martin Schmitz Gong, Begegnung & Bewegung
11:30 13:00	Michael Stewart Dynamic Stillness	11:30 13:00	Carmen Hackradt Shiatsu - Die Kunst der achtsamen Berührung	11:30 13:00	Lil Nielsen Mahavideyas Energy	11:30 13:00	Hannah Bohème Beats x Balance (Yoga meets Hip-Hop)
Pause							
14:00 15:30	Lea Zubak & Oliver Noel Yoga Flow Dance Journey	14:00 15:30	Kim Krusenbaum Anatomy in Action - Shoulder Science	14:00 15:30	Birgit Bhavani Sassenhagen Klangyoga Reise	14:00 15:30	Kerstin Schreier-Gemkow Breathwork zur Herzöffnung
15:45 17:15	Lea Zubak Thai Yoga Massage	15:45 17:15	Tabea Everling Budokon Yoga	15:45 17:15	Alice Radha & Lil Nielsen Dancing Kirtan	15:45 17:15	Naresh Längst Emotional Release
17:30 19:00	Claudia Wolf Inside Flow	17:30 19:00	Hana Jichova Entdecke deine Freiheit	17:30 19:00	Nina Neumann Candle Light Yin Yoga & Yoga Nidra	17:30 19:00	Mauro & Simone Shamanic Ceremony, Meditation & Mantras
Pause							
20:00 22:00	Ecstatic Dance mit Antiochia						

SONNTAG 25. JANUAR 2026

Sahara Yoga Raum		Nomaden Raum		Marrakesch Raum		Casablanca Raum	
07:30 Einlass							
08:00 09:30	Franziska Hanert Deeper Sense Yoga - Sacral Flow	08:00 09:30	Simone & Ruth Yoga & Sound	08:00 09:30		08:00 09:30	Eva Pluharova Radiant Lotus Chi Gong for Women
09:45 11:15	Finnja Annuth Thai Yoga Massage	09:45 11:15	Alice Radha Kirtan & Mantra Singen	09:45 11:15	Nina Neumann Flow like Water - Vinyasa im Wasser Element	09:45 11:15	Claudia Wolf Transformational Breathwork Journey
11:30 13:00	Kim Krusenbaum Functional Flexibility - Head to Toe	11:30 13:30	Melanie Giese Iyengar Yoga - Wie ein Eisberg in der Brandung	11:30 13:00	Kali Root & Rise: Ausrichtung aus deinem Zentrum heraus	11:30 13:00	Amelie Schulz-Giese FREE FLOW - Tanzmeditation
Pause							
14:00 15:30	Claudia Ballhaus Katonah Yoga - A Winter Practice	14:00 15:30		14:00 15:30	Corinna Grote & Hanna Lipp Kakaozeremonie	14:00 15:30	Martin Schmitz Komm runter mit dem Gong

