

# Yoga Kongress 2023



Donnerstag, 16. November 2023

Uhrzeit	Was	Referent/innen	Raum
20.00-20.55	Satsang	Sukadev	Sivananda
21.10-22.00	Konzert	Satish Kumar + friends	Sivananda

Buffet: 10:30 – 13:30 Uhr | 17:30 – 19:30 Uhr

Freitag, 17. November 2023

Uhrzeit	Was	Referent	Raum
12.30-13.15	Begrüßung	Sukadev	Sivananda Saal
13.30-14.15	Vorträge		
	Ayur-Yoga Therapie	Dr. Devendra	Sivananda Saal
14.30-16.00	Workshop		
	Yogaübungspraxis als Selbsttherapie und nachhaltiger Lebensstil	Nepal Lodh	Saraswati Raum
	Yogatherapie und Ayurveda für mehr Erdung	Raphael Mousa	Lakshmi Raum
	Gestalte mit Yoga Nidra und deinem Sankalpa deine Zukunft	Marc Fenner	Shanti Devi Raum
15.00-17.00	Traumaheilung durch Selbstbejahung: Eine Einladung zum Wachsen in Selbstliebe	Brigitte Koch-Kersten	Sivananda Saal
16.30-18.00	Workshop		
	Körper – Atem – Geist: sanfte, praktische Übungen zur Atemerfahrung	Claudia Persche	Shanti Devi Raum
	Nejang: 24 tibetische Yogaübungen zur Selbstheilung – Theorie und Praxis	Dr. Andreas Reimers	Shiva Raum
	Vastu	Madlen Krüger	Ajna Raum
16.30-18.00	Yogastunden		
	Yoga auf dem Stuhl	Adishakti	Saraswati Raum
	Yogaflow ins Selbstvertrauen	Svenja Bade	Sivananda Saal
18.20-19:00	Kleine Puja		Krishna
19.00-19.30	Mitglieder Versammlung BYAT		Saraswati Raum
19.30-20.15	Satsang	Sukadev	Sivananda Saal
	Vortrag		
20.50-21.35	Realitätsverluste durch Social Media, Gaming, KI: Yoga als Realitätsanker	Joachim Bauer	Sivananda Saal
21.40-22.10	Klänge zum Abend	Thomas Andres, Satjadevi	Sivananda Saal

Samstag, 18.11.2023

Uhrzeit	Was	Referent	Raum
05.00-05.50	Pranayama		Sivananda Saal
06.00-07.00	Satsang	Sukadev	Sivananda Saal
07.10-07.55	Vortrag		
	Stauendes Innehalten in Ehrfurcht und Dankbarkeit - Befunde, Perspektiven und Ideale	Sukadev, Arndt Büssing	Sivananda Saal
08.10-08.55	Vortrag		
	Hochschulprojekte des Yoga Vidya e.V.	Mangala Stefanie Klein	Saraswati Raum
	Klangmeditation - Finde deine beste Zukunft	Thomas Andres, Satyadevi	Sivananda Saal
09.15-10.45	Workshops		
	Schamanismus als ganzheitliche Therapie und eine der ältesten spirituellen Übungen in in puncto Nachhaltigkeit	Maharani Fritsch de Navarrete	Sivananda Saal
	Yoga, Faszien und Physio	Arjuna Stefan Datt	Nadabrahma Raum
	Peak Asanas im Yoga50plus	Willem Wittstamm	Saraswati Raum
	Indian Balance® Rücken Spezial	Christian de May	Shiva Raum
12.00-12.45	Vorträge		
	Yoga und Psychotherapie im Dialog	Raphael Mousa	Lakshmi Raum
12.00-13.30	Workshops		
	Kochworkshop- wie du ganz einfach vegane & nachhaltige Leckereien zaubern kannst	Svenja Bade	Kashi
	Yoga Nidra für Kinder: FINDE DEIN ASANA KRAFT TIER UND ERWECKE ES MIT YOGA NIDRA IN DIR	Marc Fenner	Shiva Raum
	Klang-Entspannung	Jeanninne und Maik	Nadabrahma Raum
12.30-13.30	Konzert		
	Mantra Konzert mit Frauke	Frauke	Sivananda Saal
14.00-14.45	Vortrag		
	Traditionelle spirituelle Entwicklungsmodelle und spirituelle Krisen	Dr. Andreas Reimers	Sivananda Saal

<b>14.00-15.30</b>	<b>Workshops</b>		
	Vagus Nerv und Yoga - a winnig team	Miriam Datt	Muladhara Raum
	Traumasesibles Yoga - TSY, Polyvagalthherapie, Präsenz der Zugang zum Heilsein	Joachim Pfahl	Shiva Raum
	Darm – Schaltstelle Gesundheit	Christiane de Jong	Lakshmi Raum
<b>15.00-15.45</b>			
	Wie erkennst du dich als das was DU suchst - von meinem Treffen mit erleuchteten Yogis und Yoginis	Arjuna Stefan Datt	Saraswati Raum
	Yoga in der Psychotherapie – therapeutischer Einsatz und Psychohygiene	Thomas Richter und Angela Cuno	Sivananda Saal
<b>16.15-17.45</b>	<b>Workshops</b>		
	Yoga meets Gestalt – Yoga in Verbindung mit Gestaltpsychotherapie	Doris	Shiva Raum
	Aktivierung der Selbstheilungskräfte mit Yoga und Meditation	Mangala Stefanie Klein	Lakshmi Raum
	AVA Meditation	Thomas Andres	Sivananda Raum
	Yoga50plus und seine Bedeutung in der Demenz-Vorbeuge	Willem Wittstamm	Saraswati Raum
<b>16.15-17.45</b>	<b>Yogastunden</b>		
	Klangyogastunde mit dem Thema: Erdung-Urvertrauen-Loslassen	Jeanninne und Maik	Nadabrahma Raum
	Entdecke die verborgene Sprache der Asanas	Shivakami Bretz	Muladhara Raum
	Yogatherapeutische Yogastunde: Traumasesibles Yoga	Premajyoti	Shakti Raum
<b>18.20-19.00</b>	<b>Kleine Puja</b>		Krishna Raum
<b>19.00-19.45</b>	<b>Satsang</b>	Sukadev	Sivananda Saal
<b>19.50-20.30</b>	Preisverleihung Preis für Innovation und Nachhaltigkeit	Mangala Stefanie Klein	Sivananda Saal
<b>20.30-21.50</b>	Question + Answer Moderation: Hamsa	Sukadev, Joachim Bauer, Arndt Büssing, Maharani, Shivakami	Sivananda Saal
<b>21.50-22.15</b>	<b>Musikalischer Ausklang</b>	<b>Satish Kumar</b>	Sivananda Saal

## Sonntag, 19.11.2023

Uhrzeit	Was	Referent	Raum
<b>05.30-06.20</b>	<b>Intensives Pranayama</b>		Sivananda
<b>06.30-07.30</b>	<b>Satsang</b>	<b>Sukadev</b>	Sivananda
<b>07.45-08.30</b>	<b>Vorträge</b>		
	Yoga der Nachhaltigkeit - Theorie und Prinzipien	Ramdas Christoph Harrach	Sivananda
	Yoga und moderne Verhaltenstherapie	Stefan Fuchs	Shiva Raum
<b>09.00-10.30</b>	<b>Yogastunden</b>		
	Therapeutische Yogastunde für ein starkes Verdauungsfeuer	Raphael Mousa	Saraswati Raum
	Yoga und die Weisheit des Herzens - mehr fühlen als verstehen	Miriam + Arjuna Stefan Datt	Sivananda Saal
<b>09.00-10.30</b>	<b>Workshops</b>		
	Praktische Einführung in die psychologische Yogatherapie bei Yoga Vidya	Shivakami Bretz	Muladhara Raum
	Spirituelle Blick auf Leid	Jana Nuyken	Lakshmi Raum
	Körper - Atem - Geist Sanfte praktische Übungen zur Atemerfahrung	Ravi + Claudia Persche	Nadabrahma Raum
	INDIAN BALANCE® Erlebe indigenes Heilyoga Den Körper bewegen, während die Seele ausruht!	Christian de May	Shiva Raum
<b>12.30-13.15</b>	<b>Vortrag</b>		
	Eine Familie, eine Welt, eine Zukunft	Sukadev	Sivananda Saal
<b>13.15-14.00</b>	<b>Abschluss: Segen + Referentenrunde</b>	Sukadev, alle Referenten	Sivananda Saal
<b>14.30-18.00</b>	<b>Mitgliederversammlung des Berufsverbandes der Yoga Vidya Lehrer/ innen e.V. (BYV)</b>		Saraswati Raum

**Buffet: 10:30 – 13:30 Uhr | 17:30 – 19:30 Uhr**