

Wichtige Informationen

Anreise & Parkplätze

Es gibt keine gesonderten Parkplätze. Öffentliche Parkplätze sind am Freibad, BZ und Tegut vorhanden. Öffentliche Verkehrsmittel: Stadtbuslinie D bis Haltestelle Saalfeld, Bergfried.

Getränke & Verpflegung

Wir verkaufen Getränke und vegetarische Snacks. Darüberhinaus gibt es Cookies, Kaffee und Tee.

Was muss ich mitbringen?

Bitte bring deine eigene Matte, Decken oder sonstige Dinge mit, die du für die Übungen im Freien oder zum Sitzen beim Konzert benötigst.

Was passiert bei schlechtem Wetter?

Auch bei schlechtem Wetter findet das Event statt. Die Übungen finden, wenn möglich im Freien oder in Zelten statt.

Benötige ich Vorkenntnisse?

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Muss ich mich zu den einzelnen Programmpunkten anmelden?

Nein, die Teilnahme kann spontan erfolgen, soweit der Platz reicht.

Kann mein Kind an den Programmpunkten allein teilnehmen?

Kinder ab 8 Jahren dürfen allein am Kinderprogramm teilnehmen, bis 7 Jahre nur in Begleitung eines Erwachsenen. Alle Kurse außerhalb des Kinderprogramms eignen sich für Kinder ab 14 Jahren.

Infos und Anmeldung

www.lotuslicht.de

Fragen und Kontakt

☎ 0152 - 25 85 45 23 ✉ info@lotuslicht.de

Bergfried Festival

25. Mai 2024

Meditation | Yoga | Vorträge
Workshops | Kinderprogramm



ab 16.45 Uhr: Mantrakonzert
Janin Devi & André Maris

Programmübersicht

Uhrzeit	Yoga	Meditativ	Informativ	Vorträge	Buntes	Kinder
10:00	Eröffnung im Bergfried Park					
10:15-11:15	Yoga für mehr Selbstwertgefühl mit Isabel	Das Glück der Dankbarkeitsmeditation mit Lisa	Ayurveda mit Ilona und Prasanna aus Indien	Fasten für Körper, Geist und Seele mit Andrea	Yoga im Rhythmus moderner Musik mit Silvi	Kindermeditation mit Kathrin Bergner
11:45 - 12:45	Yin Mantra Yoga mit Janin Devi und Andrea	Hellsinne & Engelkommunikation mit Susi	Vortrag zeremonieller Kakao mit Anne	Achtsamkeit beginnt an der Kopfhaut mit Romy	Tai-Chi Qigong und Energieübungen mit Dirk	Starke Kinder mit Linda
13:45-14:45	Yoga: Aktiviere deine Balance & Kraft mit Nadine	Heilmeditation - Die Göttlichkeit in dir mit Cäcilie	Heilkräuter im Jahreskreis mit Steffi	Vortrag Upcycling mit Franz	ENERGY DANCE® mit Andrea	Kinderyoga und Klang mit Sibylle
15:15-16:15	Chakra Yoga mit Danie	Aktive Bewegungsmeditation mit Vanessa	Elternvortrag für Zufriedenheit im Alltag mit Linda	Morgenroutinen ändern dein ganzes Leben mit Anne	Klangschalen kennenlernen mit Fatima	Natur, kleine Yogaübungen & Farbenmandala mit Mellie
16:45-18:30	Herzensmeditation mit Lena & Chang Mantra Konzert mit Janin Devi und André Maris					

Details

Es erwartet dich ein buntes Programm aus Meditationen, Yoga, Tanz, Achtsamkeitstraining sowie Vorträge und Workshops rund um Ernährung, Bewegung und Gesundheit. Bei unserem Kinderprogramm lernen auch die Kleinen zu entspannen.



Wann?

25.05.2024
Festival: 10.00 Uhr (Einlass ab 09.30)
Konzert: 16.45 Uhr (Einlass ab 16.00)

Wo?

Park & Villa Bergfried, Bergfried 1,
07318 Saalfeld/Saale

Konzert mit Janin Devi & André Maris

Janin Devi & André Maris zählen zur Crème de la Crème der Yoga-Musikszene. Mit ihren facettenreichen Stimmen schaffen sie spielend den Spagat zwischen indischen Mantras und modernem Songwriting.



Kreativ-Workshops

Makramee Suncatcher | 10.00-12.00 Uhr
mit Cäcilie (zusätzlich Materialkosten 24 €)

Edelsteinarmbänder | 13.00-15.00 Uhr
mit Mellie und Andrea (zusätzlich Materialkosten 30 €)

Samenbomben bauen | 15.00-16.30 Uhr
mit Franz (keine zusätzlichen Kosten)

Henna Tattoo | ganztägig
mit Kathrin (zusätzlich Materialkosten 5-20 €)

Sponsoring:

marcus
magazin agentur verlag events

HANTSCHSEL
DIE TISCHLEREI

SWS Stadtwerke
Saalfeld

MATTHÄS
KÜCHENSTUDIO SAALFELD

Wir lieben Holz.
DURST
Lackier- u. Trocknungsanlagen



TICKETS unter www.lotuslicht.de

Kombi-Ticket Festival & Konzert: 58 €
Kombi-Ticket Kinder 6 bis 16 Jahre: 10 €
Festival Tickets sind nur im VVK erhältlich!
Konzert: VVK 25 € | Abendkasse 30 €

Begrenzte Ticketanzahl! Sichere dir jetzt deine Tickets.