

# ZENSATION FESTIVAL

22.03.-23.03.2025 - HOF LEUTENECKER - REMSECK AM NECKAR

## Samstag

Uhrzeit	Kartoffelscheuer	Kleines L	Outdoor
09:00 - 09:30	Welcome & Morning Meditation mit Chiara & Team		
09:45 - 11:00	Get lifted mit Annelie (Yogablume)	Authentic relation mit Natalie	Achtsamkeit & Atem mit Bettina
11:45 - 13:00	Körper- und Stimmaktivierung Chakren durch vocaln erwecken mit Jawed & Janina	Umgang mit Emotionen mit Julia Selene	Dynamic active meditation mit Sybille
14:30 - 15:45	Selflove-Hatha- & Faceyoga mit Chiara	Kräuter-Wissen mit Nici	Eisbaden mit Ron
16:30 - 17:45	Cacao Zeremonie & Yoga Nidra mit Verena	Armbänder selbst gestalten mit Dini	♥
18:15 - 19:15	Wild Woman Sisterhood mit Sybille	Ayurveda-Workshop mit Eileen	♥
19:30 - 21:00	Kirtan & Mantra Singen mit Kirtan Connection		
21:00 - 21:45	Ecstatic Dance mit DJ Ronimo		

## Sonntag

Uhrzeit	Kartoffelscheuer	Kleines L	Outdoor
09:00 - 10:15	Yin Yoga & Musik mit Jacqueline	Emotional Freedom Techniques mit Natalie	Natur-Geh-Meditation mit Nicole
11:00 - 12:15	Breathwork - Atme dich frei mit Jawed & Janina	Intuitiv Creative Workshop mit Dini & Nici	Eisbaden mit Ron
13:30 - 14:45	DJ-Vinyasa-Yoga-Flow mit DJ Ronimo & Eileen	Rückverbindung mit der Natur Räuchern für Einsteiger mit Julia Selene	Singing Circle mit Nicole
15:30 - 16:45	Soundhealing Klangreise & Meditation mit Jacqueline	Mindful toolbox - achtsame Stressbewältigung mit Bettina	♥
17:00 - 17:30	Closing Ceremony mit Chiara & Team		