

PROGRAMA DE ACTIVIDADES 2019

16 Encuentro Nacional de Yoga®

JUEVES 7 DE NOVIEMBRE

GERSON FRAU MAHA SADHANA. LA GRAN PRÁCTICA **18:00 -21:00**

¡Entra a la sesión de tu preferencia!

* Sujeto a disponibilidad en la sala

VIERNES 8 DE NOVIEMBRE

SALA SAN PABLO FARMACIA SALA IMY SALA AGORALUCIS SALA HILTON

OPENING 09:00 - 10:00AM

MICHAEL GANNON
Asana
Pranayama
Dhyana
Posturas,
respiración
y meditación

10:30 - 13:30

JULES FEBRE
Cambiando
nuestra
visión del
mundo
enfoco de
inversión

10:30 - 13:30

DIANA EICHNER
Yoga
terapéutico
para
restaurar
el equilibrio

10:30 - 13:30

GABY TAVERA /RAYIM FERRARA
Om Namah
Shivaya!

15:30 - 18:30

ALEJANDRO QUIYONO
Soul
Namakars
Workshop

15:30 - 18:30

SCOTT BLOSSOM / EDDIE STERN
Restaurar,
reparar y
rejuvenecer

15:30 - 18:30

RAINBOW KIDS YOGA
Los 10
mandamientos
del Yoga para
niños

15:30 - 18:30

SÁBADO 9 DE NOVIEMBRE

SALA SAN PABLO FARMACIA SALA IMY SALA AGORALUCIS SALA HILTON

WOJTEK PLUCINSKI
Refugio
Interno

06:30 - 07:30

ENRIQUE FEDEZ
Meditación
en silencio

06:30 - 07:30

EDDIE STERN
Ashtanga
yoga:
Primera
serie

07:30 - 09:30

BRIGITTE LONGUEVILLE
La alineación
es un trabajo
interno

07:30 - 09:30

LAILA KURI
A dónde va
la mente,
el Prana
sigue

07:30 - 09:30

MARIANA CISNEROS
Transiciones
en la
práctica de
Rocket

07:30 - 09:30

SCOTT BLOSSOM
Shadow
Yoga: Las
prácticas de
yoga para
curar y
fortalecer

11:00 - 13:00

ALICIA RAMOS Y ANETTE WITEMBERG
Estabilidad
en el
dinamismo
del yoga
lyengar

11:00 - 13:00

MARCOS JASSÁN
Origami
Fetal

11:00 - 13:00

CARLOS POMEDA
Hatha Yoga
Pradipika

11:00 - 13:00

OMAR CRUZ

ANA PAULA DOMÍNGUEZ

◀ Sesiones de Yoga Nidra
15:00 - 15:25

ROSEMARY ATRI
La
Inteligencia
del Espacio
Corporal

15:30 - 16:45

ANA PAULA DOMÍNGUEZ
Kundalini
Yoga y los
10 cuerpos
espirituales

15:30 - 16:45

MILLY DARWICH
Respirando
hacia tu
espalda

15:30 - 16:45

FRIDA SOLÍS
Tú eres
el milagro

15:30 - 16:45

JULES FEBRE
Yoga Sutras
de Patanjali
y Jivamukti

18:00 - 20:00

TANYA WITMOND
Yin Yang-
Yoga Flow

18:00 - 20:00

HÉCTOR TERÁN
Yoga, una
forma de
vida

18:00 - 20:00

OSCAR VELÁZQUEZ
Yoga 50+

18:00 - 20:00

SCOTT BLOSSOM Y AMIGOS
Kirtan

20:30 - 22:00

GYPSY WOLF
Moon Dance.
La Experiencia

20:30 - 22:00

DOMINGO 10 DE NOVIEMBRE

SALA SAN PABLO FARMACIA SALA IMY SALA AGORALUCIS SALA HILTON

05:00 - 06:30 Sadhana Ambrosial **JAP SINGH**

GERSON FRAU
Charging
Practice,
seguido de
Yoga Nidra
y Meditación

07:30 - 09:30

JULES FEBRE
Twist All
Night

07:30 - 09:30

FERNANDO CUAUHTLI
Sol – Luna,
equilibrando
la dualidad

07:30 - 09:30

JIMENA MARTIN
Introducción
al Shadow
Yoga

07:30 - 09:30

SCOTT BLOSSOM
Shadow
Yoga
Kartikeya
Preludio
Mandalam

11:00 - 13:00

CARLOS POMEDA
Shiva sutras

11:00 - 13:00

MARÍA ABAD
Yin Yoga

11:00 - 13:00

ARJAN SINGH
Kundalini
Yoga, un
re-encuentro
con mi Ser...

11:00 - 13:00

EDDIE STERN
Descansa,
sana y
reestablece

15:15 - 18:00

LYGIA LIMA
Vinyasa
Flow

15:15 - 18:00

ALEX QUIYONO
Alma
Inmortal

15:15 - 18:00

SADHAK
“Beautiful
Pincha”.
Cambia tu
mente y
entorno

15:15 - 18:00

CLAUSURA. CHARLA CON DR. DIETER LE NOIR **18:15 - 18:45**

PAGO EN LÍNEA

CENTRO DE BOLETOS
AUTORIZADOS

3 DÍAS

\$3,597MX

\$3,097MX

2 DÍAS

\$2,647MX

\$2,447MX

+ INFORMES EN: WWW.ENCUENTRODEYOGA.MX



San Pablo
FARMACIA



BoConcept



LE PAIN QUOTIDIEN
Restaurante • Panadería



CHIC
CLOTHING



¡Entrada Gratuita! Regístrate en www.encuentrodeyoga.mx

10:00 - 10:20	Julia Menéndez Encontrando tu centro con yoga
10:20 - 10:40	Ivana Sejenovich Mandala del sistema nervioso
10:40 - 11:00	Jñana Dakini Yoga y salud emocional
11:00 - 11:20	Chef Yogui Las recetas del método que cambió mi vida
11:20 - 11:40	Wojtek Plucinski Historia de la meditación en el occidente
11:40 - 12:00	Ana Paula Domínguez La magia de estar presente
12:00 - 12:20	Andrea Borbolla Yoga como medicina
12:40 - 13:00	Ann Moxey Introducción al Tantra
12:40 - 13:00	Twiggy Romero Yoga para reducir el estrés
13:00 - 13:20	Jorge Espinosa Yoga La filosofía de la vida diaria
13:20 - 13:40	Ana Desvignes El Yoga & la vida
13:40 - 14:00	Nathaly Marcus Regenera tu cuerpo-mente con nutrición funcional
16:00 - 16:20	Beatriz Maa Premananda Yoga para enfermedades crónicas
16:20 - 16:40	Joanna House Yoga para transformarse
16:40 - 17:00	Durga Stef Cómo ser yogui en CDMX sin morir en el intento
17:00 - 17:20	Ricardo de los Cobos / Enrique Alguibay El arte de la salud a través de un cuerpo alineado. Biomecánica
17:20 - 17:40	Carmen Mary y Gemma Fugo Medicina Integrativa y Alimentación Consciente ¡Las terapias complementarias en la Salud!
17:40 - 18:00	Gisela Hengl The Work & El Perdón



Costo por sesión \$200MX. Paga el mismo día en el hotel.

S Á B A D O	D O M I N G O
LUIS CHOMBO Yoga: El mandala del bienestar 09:00 - 10:00	SOCARI Sirira Yoga: Los pulsos del cuerpo y su resonancia energética 09:00 - 10:00
RAQUEL MELLO Oldies but Soulys: Sigue el camino de tu alma 10:15 - 11:15	MÓNICA ALDUCIN Amplía tu Movimiento con el Método GYROKINESIS® 10:15 - 11:15
MICHAEL GANNON Despierta tu fuerza vital y serena la mente 11:30 - 12:30	REBECCA SUTTON Yoga Sculpt 11:30 - 12:30
DIANA CRUZ Honrando tu espalda: los guardianes de tu columna vertebral 12:45 - 13:45	FERNANDA NAVA Mandala humano 12:45 - 13:45
SILVIA HERRERA Empoderando a tu ser interior 14:00 - 15:00	PALOMA BAKER Fuego sagrado 14:00 - 15:00
REGINA MARCO Usa tu miedo para crear tus sueños 15:15 - 16:15	MAITE VALVERDE Mindfulness para niños (Felices y atentos) 16:30 - 17:30
ADRIANA LEAL Aprendiendo a fluir 16:30 - 17:30	LIZ ÁLVAREZ Y PAULINA ÁLVAREZ Sosteniendo tu salud con pies y columna 17:45 - 18:45
FREDEL COJAB Kabalah, Arquitectura y tecnología Espiritual 17:45 - 18:45	
MARS YOGI “Vive tu propia transformación” 19:00 - 20:00	



Encuentro Nacional de Yoga®



8 AL 10 | NOVIEMBRE | 2019



Av. Juárez 70
Colonia Centro
CDMX

ENCUENTRODEYOGA.MX



[encuentrodeyoga](https://www.facebook.com/encuentrodeyoga)