






LA 29.2.	LUENTOSALI PARVI	LUENTOSALI KELLARI 1	LUENTOSALI KELLARI 2
10.00	<b>Mind and Meditation</b> Swami Jaataveda 	<b>Ajatusjooga sisäisen eheyden luojana</b> Terttu Seppänen	<b>nergeettinen jäsenkorjaus</b> Petri Filipczak
11.00	<b>Jokainen kriisi on tehty voitettavaksi</b> Noora Lintukangas	<b>Who Is Your Leader Within?</b> Marika Nikkinen 	<b>Hyvät vibat ja hyvä flow</b> Leena Siitonen
12.00	<b>Kokonaisvaltaista hyvinvointia villiyrteistä</b> Raija Kivimetsä	<b>Joogaterapia – mitä se on?</b> Iia Lappalainen	<b>Womens secrets</b> Aljona Granberg 
13.00	<b>Millainen voisi olla henkisesti terve jooga?</b> Mäns Broo	<b>Terveet rajat naisen terveyden perustana</b> Emilia Vasko-Kujala	<b>Mieli joogafilosofiassa</b> Timo Kurvi
14.00	<b>Kiehtova keho, mahtava mieli, suloinen sielu</b> Kylli Kukk	<b>Emotional Anatomy</b> Kuldip Singh Kalsa 	<b>Rohkean lempeä itsen kuuntelu</b> Marja Vanhala
15.00	<b>Overcome Anything &amp; Discover The Secrets to Health</b> Happy Jack 	<b>VAIHDEVUODET luonnollisesti</b> Varpu Tavi	<b>Pranayama-harjoituksen terveysvaikutukset</b> Antti Heikinheimo
16.00	<b>Mindfulness- hyväksyntä, ystävällisyys vaikeissa tunnetiloissa – tunneällyn voima</b> Leena Pennanen	<b>Ayurvedan keinot harmoniseen mieleen</b> Mandip Kaur	<b>Kalevalainen jäsenkorjaus terveytesi tukena</b> Leena Aholainen
17.00	<b>Näkökulmia hyvään hiljaisuuteen</b> Outi Ampuja	<b>Happy Hormones: Tasapainota hormoni-toimintaasi luonnollisesti - Ayurvedaa naisille</b> Lana Lavanina	<b>Yin jooga ja Kiinalainen lääketiede arjessa</b> Minna Andersson

**HUOM!**  
KAIKKI LUENNOT  
SISÄLTYYVÄT  
LIPUN HINTAAN.

LUENTOSALIT  
SIJAITSEVAT  
MERIKAAPELIHALLIN  
TOISESSA  
KERROKSESSA  
PARVELLA JA  
KELLARITILLOISSA.



[joogafestival.fi/ohjelma/luennot-2020](http://joogafestival.fi/ohjelma/luennot-2020)

SU 1.3.	LUENTOSALI PARVI	LUENTOSALI KELLARI 1	LUENTOSALI KELLARI 2
10.00	<b>Merkityksellisyys tuo pysyvemmän onnellisuuden</b> Leena-Maria Markkanen	<b>Jooga ja vuorovaikutus</b> Aino-Mari Kiiänmies	<b>Moon Days in yoga and astrology</b> Pinar Pir Söderlund 
11.00	<b>Tunnelukot ja niistä irtipääseminen</b> Sauli Siekkinen	<b>Viisi kotimaista täsmäyrttiä energiseen arkeen</b> Katja Misikangas	<b>Itsemyötätunto avaa elämän solmuja</b> Reija Könönen
12.00	<b>Yhteys henkeen terveyden perustana</b> Tommi Kujala	<b>Löytöretki itsen – sisäisen viisauden tie</b> Henri Järvinen, Mari Rasimus ja Susanna Erätuli	<b>Avaimet terveyteen ja hyvinvointiin rentoudesta</b> Sari Lähteinen
13.00	<b>Paaston myönteiset vaikutukset terveyteen</b> Timo Kosonen	<b>Metsä – tie meditaatioon ja yhteyteen</b> Jarko Taivasmaa	<b>Kehokiitollisuus ja myötätunto</b> Lekmo Kelsang
14.00	<b>Ayurvedan kehotyypit</b> Pardaman Sharma	<b>Beauty, where can I find you?</b>  Nicola Moberg	<b>Runoilija Rumin sanoin – ihmisyyden avain kaikkeen</b> Aaro Löf
15.00	<b>Hengityksen anatomia ja fysiologia</b> Jutta Aalto	<b>Ihme sisälläsi - raskaus ja jooga</b> Hanna-Mari Nieminen ja Meri Mort	<b>Muuttaako jooga minussa mitään?</b> Mikko Hietaharju
16.00		<b>Osteopatia terveytesi tukena</b> Laura Lee Kampilla	

**HUOM!**  
KAIKKI LUENNOT  
SISÄLTYYVÄT  
LIPUN HINTAAN.

LUENTOSALIT  
SIJAITSEVAT  
MERIKAAPELIHALLIN  
TOISESSA KERROKSESSA  
PARVELLA JA  
KELLARITILLOISSA.



[joogafestival.fi/ohjelma/luennot-2020](http://joogafestival.fi/ohjelma/luennot-2020)