Programma One with Nature Terschelling 2026 *

	1 Heart	2 Prana	3 Nature	4 Aerial
Vrijdag 3 juli				
18.00 -	**Openingscirkel**			
18.30 - 19.30	Diner			
19.45 - 20.45		Restorative yoga chakra journey & singing bowls Doris Lilienweiss	Yoga Cirkel & meditatie One with Nature Peter van der Burg	Aerial Yoga experience Janneke van Amelsvoort
20.45 - 22.00	Mantra & heartsongs Yuna, Denis, Ruben & Karuna			

Dit is het programma voor One with Nature Terschelling 2026. Op het kampeerterrein in de duinen van Terschelling worden er festival tenten neergezet voor workshops, live muziek etc. Er is een keukentent, picknick tafels voor gezamenlijke maaltijden, een lounge met thee & koffietent. Alle maaltijden, Yogi Tea en huurfiets & bagagevervoer op Terschelling zijn inbegrepen. Voor de Aerial Yoga experience van een uur geldt een eigen bijdrage van €10 per workshop. Deelnemers zijn van harte welkom op vrijdag vanaf 13.00 uur.

Groen = Live music	Blauw = In de natuur, meditatie of sharing	Geel = yoga voor een ieder	Oranje = sportieve yoga, ervaring wenselijk

* Wijzigingen voorbehouden

Programma One with Nature Terschelling 2026 *

	1 Heart	2 Prana	3 Nature	4 Aerial
Zaterdag 4 juli				
7.00 - 8.15	Kundalini yoga Veronica Schwegman	Meditatie & pranayama Dhyan Meinoud	8.00 uur: Op de fiets naar West aan Zee, Strand overgang KNRM	
8.30 - 9.45	Yang yin flow Doris Lilienweiss	Qigong Ria van Leeuwen	Hatha yoga op het strand De zon in je hart Peter van der Burg	
9.45 - 11.00	Ontbijt			
11.30 - 13.00	Yin & live music Indra en Lilian	Flow & face yoga Debbie van Leeuwen		Aerial Yoga experience Janneke van Amelsvoort
13.00 - 14.00	Lunch			
15.00 - 16.00 - 17.30	Verbonden adem & dans Natascha van Achterberg	Yin Yoga Yuna van Munster	15.00 uur Op de fiets en over *juttterspaadjes naar Paal 3* Tension release yoga aan zee Peter van der Burg	
18.00 - 19.00	Diner			
19.30 - 20.30	Verbinding & dans Coco Bliss	Gong klankreis Veronica Schwegman	Sharing circle Cycles & seasons Doris Lilienweiss	Aerial Yoga experience Janneke van Amelsvoort
20.45 - 22.00	Mantra & heartsongs Yuna, Denis, Ruben & Karuna	Restorative yoga Debbie van Leeuwen		

* Wijzigingen voorbehouden

Programma One with Nature Terschelling 2026 *

	1 Heart	2 Prana	3 Nature	4 Aerial
Zondag 5 juli				
7.00 - 7.45	Meditatie & pranayama Dhyan Meinoud		7.30 uur: Op de fiets naar West aan Zee, Strand overgang KNRM Morning swim	
8.00 - 9.30 8.30 - 9.30	Qigong Ria van Leeuwen	Jiwamukti yoga Lilian van Dam	Kundalini yoga aan zee Veronica Schwegman	Aerial Yoga experience Janneke van Amelsvoort
9.30 - 10.30	Ontbijt			
10.30 -			10.30 uur: Op de fiets naar West aan Zee, Strand overgang KNRM	
11.00 - 12.30	Yin yoga & klank Lonneke de Best	Ademcirkel voor vrouwen Indra Bose	Anusara yoga: 5 elements flow Doris Lilienweiss	
13.00 - 14.00	Lunch			
13.45 - 14.45	Oneness experience Coco Bliss	Vinyasa flow Debbie van Leeuwen	Pranayama & Yoga nidra Dhyan Meinoud	Aerial Yoga experience Janneke van Amelsvoort
15.00 - 15.30	**Afsluitingscirkel**			
	Groen = Live music	Blauw = In de natuur, meditatie of sharing	Geel = yoga voor een ieder	Oranje = sportieve yoga, ervaring wenselijk

* Wijzigingen voorbehouden