

PAMPLONA  
DIA INTERNACIONAL DEL  
**YOGA**  
21 JUNIO 2015

CELEBRACIÓN EN EL BALUARTE

07.00 - 09.00 h

**Sadhana** - Práctica grupal  
Terrazas

09.00 - 09.20 h

**Inauguración**  
Plaza Baluarte

09.30 - 11.00 h

**Yoga para flexibilizar  
la columna vertebral**  
Ángel Gamio  
Zona Infantil

**Hatha y Meditación  
Integral**  
Saranagatidas  
Sala Luneta

**Danza consciente y  
meditación**  
Amaia López  
Sala Ciudadela 1

**Karana de la Luna**  
Yuna & Isma  
Plaza Baluarte



**Yoga en Familia**  
Juan y Leire  
Zona Infantil

11.15 - 12.45 h

**Yoga Mágico**  
Omkar  
Sala Luneta

**Yoga para mayores**  
Bhanemi  
Sala Ciudadela 1

**Sudha Raya Yoga**  
Ramachandra  
Sala Ciudadela 2  
CONFERENCIA



**Taller cocina  
vegetariana niños**  
Berta  
Zona Infantil

13.00 - 14.30 h

**TEATRO**  
"El Ramayana"  
Sanatana Dharma  
Sala Cámara

**Afro Yoga**  
Nora Otsoa  
Sala Luneta

**Ashtanga Yoga  
1ª serie para todos**  
Xabier Pérez  
Sala Ciudadela 1

**Yoga integral  
espiritualidad y  
transformación social**  
Saranagatidas  
Sala Ciudadela 2  
CONFERENCIA

14.30 - 16.30 h

**Comida Picnic**

EN VUELTA DEL CASTILLO



**Yoga integral  
para niños**  
Saraswati Devi  
Zona Infantil

16.30 - 17.50 h

**Hatha Yoga.  
Recorriendo chakras**  
Sergio Blasco  
Sala Luneta

**Yoga en Pareja**  
Yuna & Isma  
Sala Ciudadela 1

**Las raíces del Yoga  
y su práctica en la  
vida cotidiana**  
Imanol Cueto, Bharat  
Sala Ciudadela 2  
CONFERENCIA



**Yoga en Familia**  
Marian Arraiza  
Zona Infantil

18.00 - 19.20 h

**Karana Surya  
Shassthraanam**  
Javier Goikoextea  
Sala Luneta

**Yoga para embara-  
zadas**  
Dhuva  
Sala Ciudadela 1

**Una vida Plena  
con Yoga**  
Kalki  
Sala Ciudadela 2  
CONFERENCIA



**Cuentos  
para sentir**  
(En Euskara)  
Ione Aretta  
Zona Infantil

19.30 - 20.50 h

**CONCIERTO**  
Música para  
sumergirse dentro  
Antonio Asiain  
Sala Cámara

**Yoga 7  
Integral**  
Amara  
Sala Luneta

**Yoga Tantra**  
El tacto consciente  
Madhur  
Sala Ciudadela 1

**El Ashtanga Yoga  
en la tradición de  
Patabhi Jois**  
Xabier Pérez  
Sala Ciudadela 2  
CONFERENCIA

**Clausura 21.00 h**

CONCIERTO DE MANTRAS  
Por GRUPO SARVA  
3ª Planta

