

Tantra Jaar Training 2018-2019 Week 3 - Dag Volgorde

	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
	14-jan	15-jan	16-jan	17-jan	18-jan	19-jan	20-jan
7:00-8:30 Ochtend -Actieve Meditatie -9:00-11:00 Ontbijt		-Dans -Nadabrahma	-Dans -Sufi Richtingen	-Dans -Quantum Light Breath	-Dans -Cakra Sounds	-Dans -Mandala	-Dans -Kundalini
s Middags van ca 12:30-16:00		-Dans -Diepgaand Uitleg Hart-Basis -Hart-Basis geleid -Sharing	-Dans -Divya Karana -Sharing -Kundalini - Ida Pingala - Sushumna -Ucchara Compleet	-Dans -Prana Mudra -Sharing -Nadi Sodhana	-Dans -Tantra Talk -Transmutation Breath I -Energie Bal -Shiva-Shakti Mudra -Sharing lang	-Dans -Totale Ademhaling -Sharing -Q & A	-Schoonmaken -Dans -Sufi Ademen -Sharing -Maaltijd -Cirkel -Hug - Afscheid
s Avonds van ca 19:30-21:45	-Tantra uitleg -Onderlinge sharing	-Ruggen tegen elkaar - Energie voelen -Sharing	-Dans -Yoni Mudra by DevaKali -Sharing	-Dans -Samen ademen Armenschommel -Sharing	-Video's .Vlees .Lakshmanjoo .SOA Sanskrit	-Dans -Khechari Mudra -Ujjayi Pranayam -Sharing	
Mantra van ca 21:30-22:00		-Sa Re Sa Sa	-Om Asatoma	-Adi Shakti	-Geen Mantra	-Gobinday Mukunday	
	Coming alive		Krishnananda & Amana		Meditaties:	http://www.wajid.nl/	
	This Is The Day		Jaya Lakshmi		Dans:	https://www.nataraj.info/	
	Heart Mantras		Sirgun Kaur & Sat Darshan Singh		Dans Eindhoven:	http://www.eindhovendanst.nl/	
Didgeridoo	Red Rhythm Dragon		James Asher		Mantra-HKishna	https://naamhat.blogspot.nl/	
Didgeridoo	Vuur - Nungabunda		Ganga Giri				
Wahe Guru - Sneller	Rakhay Rakhanhaar		Jaya Lakshmi and Ananda				
Sufi	Meditation of the Directions		Jabrane Mohamed Sebnat				
Diverse Dans Mantras			Ananda Yogiji & Jaya Lakshmi				