

IDEIASDOLEVANTE apresenta

# IV LAGOA YOGAFEST

13, 14 & 15

Setembro 2024

WORKSHOPS  
SESSÕES  
TALKS

Gratuito // Free

Convent'bio

Carvoeiro Clube  
de Ténis & Padel

Lagoa (Algarve)

produção



apoios



#EntradaGratuita #IdeiasDoLevante  
#MunicípioDeLagoa #UFLagoaCarvoeiro  
#ConventoBio #CCTennisPadel #Algarve

Sexta, dia 13 de Setembro de 2024

CARVOEIRO CLUBE DE TÉNIS | Mato Serrão

18:00-19:00 Yoga Nidra  
com Johanna Hessling | PT&EN

19:45-20:45 Sons de Cura  
com Ilze van Zanten & Johnny White | PT&EN

Sábado, dia 14 de Setembro de 2024

CONVENT'BIO | EN125 | Lagoa

10:00-11:00 Yoga Integral  
com Sandra Simões | PT&EN

11:45-12:45 Meditação e Relaxamento para  
crianças com Vanda Pinheiro | PT

15:00-16:00 Chakra Yoga  
com Ana de Carvalho | PT&EN

16:45-17:45 Saudações da Lua  
com Henrica | PT&EN

Domingo, dia 15 de Setembro de 2024

CONVENT'BIO | EN125 | Lagoa

10:00-11:00 Alinhamento de Chakras  
com Fernanda Cabral | PT

11:45-12:45 Hatha Yoga  
com Ivo Faleiro | PT

15:00-16:00 Yoga Leve & Relaxamento Profundo  
com Ana Roma | PT

16:45-17:45 Yoga Magic Flow  
com Joana Felizardo | PT&EN

informações e inscrições  
[www.lagoa.info/yogafest](http://www.lagoa.info/yogafest)

Tel. +351 282380053

Segunda-Sexta | 09:30-12:30 / 14:30-17:30