



TANTRAFESTIVALEN

FESTIVALPROGRAM

Fredag 22. juli

Tid	Aktivitet
Fra 14.00	Ankomst og registrering på Indal gård
15.00	Chill out på plenen med musikk i ettermiddagssola
16.00	Kunstnerisk overraskelse på tunet
16.30	Skogsbadvandring på Indal gård
17.30	Pause - hent det du trenger for kvelden og forflytning til Våstad grendehus (1 min med bil, 10 min å gå)
18.00	Festivalåpning utenfor Våstad etterfulgt av åpningsseremoni inne
19.15	Pause for påfyll av vann, næring og andre nødvendige ærender
19.30	Grenseøvelser
20.45	Pause for påfyll av vann, næring og andre nødvendige ærender
21.00	Ekstatisk pust for alle
22.00	Sov godt

Med forbehold om endringer

Hele helgen vil det være mulig å benytte av vår vedfyrte badstue (selvbetjent)



TANTRAFESTIVALEN

FESTIVALPROGRAM

Lørdag 23. juli

Tid	Aktivitet	Aktivitet	Aktivitet
08.00	Morgenyoga under tuntreet		
08.00	Stille morgenbadstu		
10.00	Morgensamling på tunet Feminin/maskulin integreringsseremoni for alle		
11.00	Workshop: Rose- og kakaosermoni for å styrke og hele ditt forhold til livmor/harachakra (Kun for kvinner) Sted: VÅSTAD	Workshop: Tantrisk massasje (Kom gjerne sammen med en venn) Sted: LOUNGEN	Workshop: Ekstatisk pust Sted: DOMEN
13.00	Lunsjpause		
14.00	Workshop: Tantra for par (Kom i par) Sted: DOMEN	Workshop: Sacred body awakening (Kun for kvinner) Sted: VÅSTAD	Workshop: Orgasmisk pust Sted: LOUNGEN
16.00	Pause		
17.30	Sanselig musikalsk opplevelse	Sted: VÅSTAD	
18.30	Delesirkel og kakaosermoni	Sted: VÅSTAD	
20.00	Ekstatisk dans. Danseparade ned til bålet på jordet	Sted: VÅSTAD	
22.00	Sov godt		

Med forbehold om endringer

Hele helgen vil det være mulig å benyttelse av vår vedfyrte badstue (selvbetjent)



TANTRAFESTIVALEN

FESTIVALPROGRAM

Søndag 24. juli

Tid	Aktivitet	Aktivitet	Aktivitet
08.00	Morgenyoga under tuntreet		
08.00	Stille morgenbadstu		
10.00	Workshop: Hva kan menn lære av tantra? (Kun for menn) Sted: BÅLHUSET	Workshop: Yonihealing med jade egg seremoni (Kun for kvinner) Sted: VÅSTAD	Workshop: Kundalinidans: hjerteåpnende, frigjørende dans som lar det kjenne mer i egen kropp. Sted: LOUNGEN
12.00	Lunsjpause		
13.00	Felles rituale: Transfigurasjonsseremoni, se inn i det hellige		Sted: VÅSTAD
14.30	Pause		
15.00	Avslutningsseremoni for alle, kjærlighetspoesi og mantrasang		Sted: VÅSTAD
16.00	Takk for i år		

Med forbehold om endringer

Hele helgen vil det være mulig å benytte av vår vedfyrte badstue (selvbetjent)