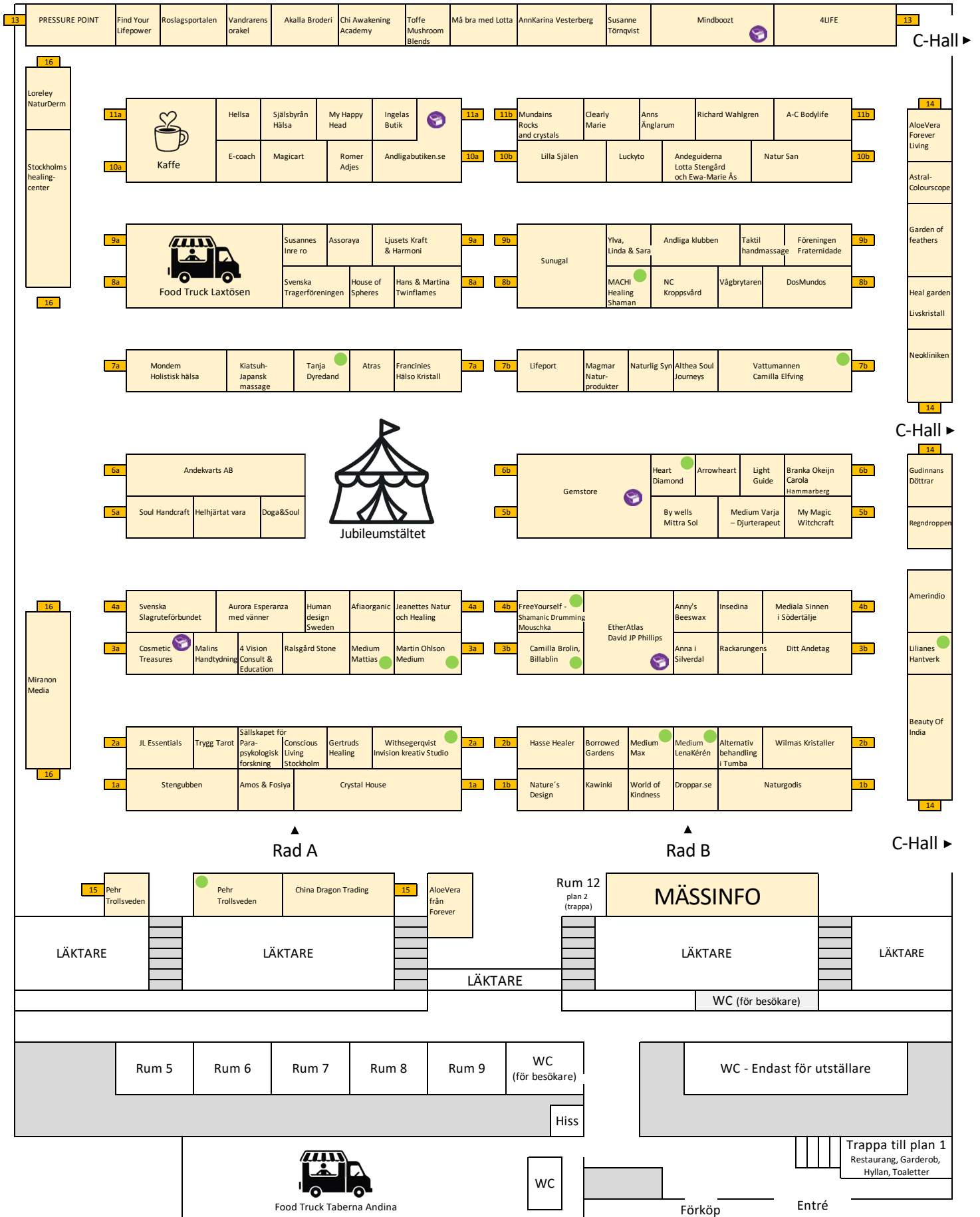
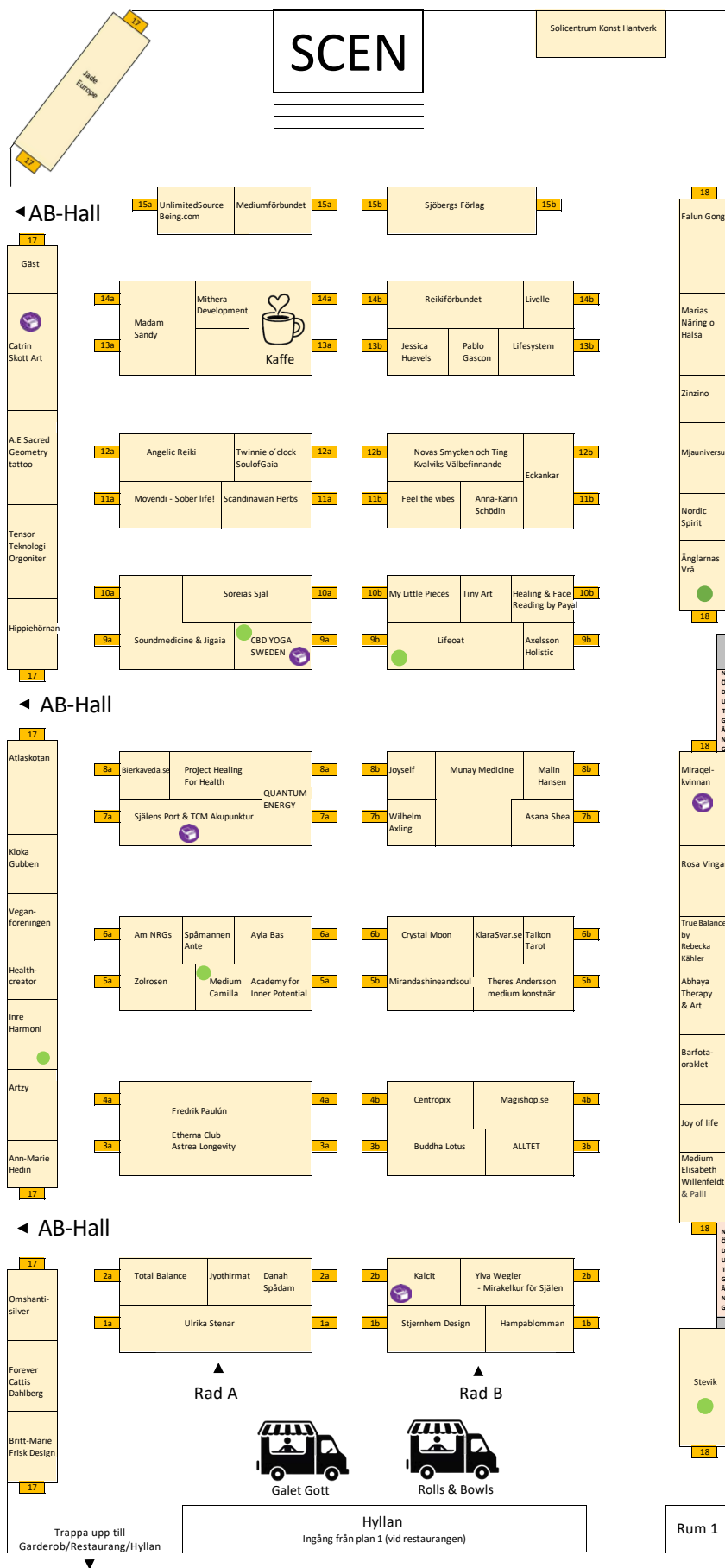


AB-HALL - Utställare





Föredrag & Workshops Lördag



Läs mer om varje föredrag här

Föredrag med förköp köps i utställarens monter (markerade med grön prick på kartan).
Eventuella restbiljetter kan finnas vid föredragsrummet.
Övriga föredrag: köa utanför angivet rum. Eventuell avgift betalas på plats till föreläsaren.
Rum 1 och 12 rymmer 45 personer, Hyllan 60 och övriga rum 18 personer.

Tid	SCENEN	Hyllan	Jubileumstället	Rum 1 (Hall C)	Rum 5	Rum 6	Rum 7	Rum 8	Rum 9	Rum 12 (Plan 2)
10.30	Öppningsceremoni: One Dancing Heart Pablo Gascon	10.30 ANDETAG – stilla stund i ljus och närvaro Konstverket ANDETAG		10.30 Nej! Du är inte överkänslig Susanne Törnqvist ✓ Gratis	11.15 Astro-prognos 2026 Andrea Möllenkvist, LightGuide 100 kr – vid föredragsrummet	11.15 Möt ditt guddeteam – budskap & ånglakort Emma Ekstrand 100 kr – vid föredragsrummet	10.30 Hypnosupplevelse – Uppgradera din identitet Yviva Wegler 111 kr – vid föredragsrummet	10.45 Energi, fokus och balans i vardagen genom kroppen ✓ Gratis	11.00 Ögonens hemligheter Anita de Las Lomas, Naturlig syn ✓ Gratis	11.00 Storsteans med kontakt med andra sidan Pehr Trollsveden 300 kr – Förköp monter Hall AB rad 15
10.45			11.00 När kroppen får minnas lätthet, lugn och livskraft Louise O, CBD YOGA SWEDEN ✓ Gratis							
11.00										
11.15										
11.30	Trollbordsseans Fia Almenius & Elin Kvarnström	11.30 Trumresa i rytmens väv Zeldi Khalik ✓ Gratis		11.30 Att fatta beslut i linje med ditt sanna jag Klas Nygren, Human Design Sweden ✓ Gratis	12.15 Aktivera din självläkande förmåga med Reliki Relikiöbundet – Anne Nilmas ✓ Gratis	12.15 Decoding Your Health: What Your Face and Body are Hiding Hueyi Lin ✓ Gratis	11.30 Öka din andlighet Jan Franén 200 kr – vid föredragsrummet	11.45 Örternas fantastiska magi och deras återkomst! Lasse Ohlsson, Scandinavian Herbs ✓ Gratis	12.00 Storsteans Medium Ann-Marie Hedin 100 kr – vid föredragsrummet	12.00 Varför så många är utmattade – läk ditt nervsystem Anna-Karin Schödin ✓ Gratis
11.45										
12.00										
12.15	Kontakt med andra sidan – forskning & potential Camilla Elfving	12.15 ANDETAG – stilla stund i ljus och närvaro Konstverket ANDETAG		12.30 Trumresa med Lasse Ström Lasse Ström, Shevik 150 kr – Förköp monter Hall C rad 18			12.30 Kan djur kommunicera bortom kroppspråket? Kicki Jørgensen, Assoraya 100 kr – vid föredragsrummet	12.45 Pranayama: Art of Conscious Breathing Mingisha Choudhary, Conscious Living Stockholm ✓ Gratis	13.00 Astrologi: Neptunus och Uranus byter stjärntecken Lotta Sjöberg, Må bra med Lotta ✓ Gratis	13.00 Storsteans med Medium Max Medium Max 200 kr – Förköp monter Hall AB rad 2b
12.30										
12.45										
13.00	Välgas – Uten molekyl, stora effekter Fredrik Paulin	13.00 Transformational Visualisation for Inner Trust Freetoursell by Mouschka ✓ Gratis		13.30 I Medvetandets gränsland Göran Brusewitz ✓ Gratis	13.15 Trumresa för Rensning & Blomstring Francisca Infante MACHI 222 kr – Förköp monter Hall AB rad 8b		13.30 Reconnective Healing Gerttodd Walgren ✓ Gratis	13.45 Om Vandrarens Orakel och berättandets kraft Sandra & Matilda, Vandrarens Orakel ✓ Gratis	14.00 Seans Yvonne Bjelkmark, Atras 150 kr – vid föredragsrummet	14.00 Kanaliserade budskap från Universum Camilla Brolin 200 kr – Förköp monter Hall AB rad 3b
13.15										
13.30										
13.45	Kraftplatser – temaförjupning Ann Henemo, Hans Oreheim och Maria Phillips	13.45 ANDETAG – stilla stund i ljus och närvaro Konstverket ANDETAG		14.00 Aktivera din inre Soundhealer Erika Norgren, Soundmedicine ✓ Gratis						
14.00										
14.15										
14.30										
14.45										
15.00	Angels & Devil's Cocktail David JP Phillips	15.00 Sömn din superkraft! Camilla Gyllensväln ✓ Gratis		14.30 Tidigare liv meditation Ewa Hermansen, Inne Harmoni 200 kr – Förköp monter Hall C rad 17	14.15 Hur kunde 80% bli av med sin värk och smärta? Gert Eriksson, Alaskotan ✓ Gratis	14.15 Lär dig att Låka dig själv naturligt! Johan Bang, LifeOath ✓ Gratis	14.30 Upplev Reconnective Healing Sara Jansson ✓ Gratis	14.45 Så här blir du mer medial – tolka kort Camilla Elfving 300 kr – Förköp monter Hall AB rad 7b	15.00 Storsteans med Andekontakt Medium Susanne Lundin 150 kr – vid föredragsrummet	15.00 Medial Kraftresa – Budskap, Healing & Manifestation Heart Diamond Charlotte 200 kr – Förköp monter Hall AB rad 6b
15.15										
15.30										
15.45	Du är en VIBE – Frekvenser för långt liv (963 Hz överflöd) Tania Dyrrelund, Boksläpp & världspremiär	15.45 ANDETAG – stilla stund i ljus och närvaro Konstverket ANDETAG		15.30 6 Phase Meditation och Quantum Leap Meditation Jenny Karlsson, Jenkamichiko Coaching 200 kr – vid föredragsrummet	15.15 Cacao ceremoni och shamanisk Trumhealing Lillianne Gelin, Lillianne's Hantverk 200 kr – Förköp monter Hall AB rad 14	16.15 Bioresonans! En väg till hälsa Jonas Blomqvist, Life System 50 kr – vid föredragsrummet	15.30 Storsteans med Martin Ohlson Medium Martin Ohlson Medium 250 kr – Förköp monter Hall AB rad 3a	15.45 Tillit, närvaro & flöde Anna Cederlund ✓ Gratis	16.00 Asana och Kunnokoperativet Emmanuel Dawson, Asana Shea ✓ Gratis	17.00 TAROTSEANS – en spännande mix av förmågor! Medium Mattias Andersson & Susanne Brindstedt 200 kr – Förköp monter Hall AB rad 3a
16.00										
16.15										
16.30	Tillit vid kontakt med andra sidan Elisabeth Willenfeldt	16.30 ANDETAG – stilla stund i ljus och närvaro Konstverket ANDETAG		16.30 Trans och trollbordsseans Fia Almenius & Elin Kvarnström, Anglarnas Vrå 200 kr – Förköp monter Hall C rad 18	16.15 Gene Keys – upptäck potential näckarna till ditt livs unika Anna-Karin Redin, Arrowheart ✓ Gratis	16.30 Journey – läka med dofterapi & ljud Freetoursell by Mouschka 66 kr – Förköp monter Hall AB rad 4b	16.30 Healing Scent & Sound Journey – läka med dofterapi & ljud Freetoursell by Mouschka 66 kr – Förköp monter Hall AB rad 4b			
16.45										
17.00										
17.15	Från Hjärnan till Hjärtat Marcos Bearcub	17.15 ANDETAG – stilla stund i ljus och närvaro Konstverket ANDETAG		17.00 Spirituella möten – mingel Öppet mingel, kom och gå som du vill ✓ Gratis						
17.30										
17.45										
18.00										

Ändringar kan förekomma. Se aktuell information vid mässinformationen.

Föredrag & Workshops Söndag



Läs mer om varje föredrag här

Föredrag med förköp köps i utställarens monter (markerade med grön prck på kartan).
Eventuella restbiljetter kan finnas vid föredragsrummet.
Övriga föredrag: köa utanför angivet rum. Eventuell avgift betalas på plats till föreläsaren.
Rum 1 och 12 rymmer 45 personer, Hyllan 60 och övriga rum 18 personer.

Tid	SCENEN	Hyllan	Jubileumstället	Rum 1 (Hall C)	Rum 5	Rum 6	Rum 7	Rum 8	Rum 9	Rum 12 (Plan 2)
10.30	Öppningsceremoni: One Dancing Heart Pablo Gazeon	10.30 ANDETAG – stilla stund i ljus och närvaro Konstverket ANDETAG	11.00 Trumresa Flia Almenius, Ånglamas Vrå ✓ Gratis	10.30 Nej! Du är inte överkänslig Susanne Törnqvist ✓ Gratis			10.30 Impostor Syndrome – identitetskonflikten bakom tvivlet Ylva Wegler 111 kr – vid föredragsrummet	10.45 Storseans med Medium Max Medium Max 200 kr – vid föredragsrummet	11.00 Ögonens hemligheter Anita de Las Lomas, Naturlig syn ✓ Gratis	11.00 Storseans med kontakt med andra sidan Pehr Trollsveden 300 kr – Förlöp monter Hall AB rad 15
11.00										
11.15										
11.30	Husrensning. Hjälpi mitt hus är hemsökt! Camilla Engström	11.30 Trummeditation Lasse Ström ✓ Gratis		11.30 I Häknutens värld Diana Lindgren 135 kr – vid föredragsrummet		11.15 Astro-prognos 2026 Andrea Möllenvist, LightGuide 100 kr – vid föredragsrummet	11.30 Aktivera din inre gudina – guidad aktiveringsmeditation Anna-Karin Schödin ✓ Gratis			
11.45			11.45 Autentiska möten från Mongoliet NonDem Holistisk hälsa med vänner ✓ Gratis					11.45 Seans Yvonne Bjelkmak, Atras 150 kr – vid föredragsrummet		
12.00						12.15 Expansionsmeditation – Bli mer av den du är Rebecka Kahler, True Balance ✓ Gratis			12.00 Bioresonans! En väg till hälsa Jonas Blomqvist, Life System 50 kr – vid föredragsrummet	12.00 Drum Journey to your Higher self Mouschka, Free/yourself 133 kr – Förlöp monter Hall AB rad 4b
12.15	Vårt märkliga medvetande Goran Brusewitz	12.15 ANDETAG – stilla stund i ljus och närvaro Konstverket ANDETAG								
12.30				12.30 Arkeologiska upptäckter som kan förändra vår värld Hans Orehem 200 kr – vid föredragsrummet	12.15 Aktivera din självläkande förmåga med Reiki Reiki förbundet – Anne Nimas ✓ Gratis					
12.45			13.00 Sound healing för överflöd 96Hz Pythagoras Stämgarfilar Tanja Dyredand					12.45 Astrologi och Tarot – Din Kosmiska brevlåda Lotta Sjöberg, Må bra med Lotta ✓ Gratis	13.00 CBD Yoga – lätthet, lugn och smidighet med Hampa Louise O. CBD YOGA SWEDEN 100 kr – Förlöp monter Hall C rad 9a	13.00 Talking to spirits – storseans Medium Camilla Engström 250 kr – Förlöp monter Hall C rad 5a
13.00	Lusets effekter på hälsan Fredrik Paulin	13.00 Prova-på Gongbad på Hyllan Mattias Sundman ✓ Gratis		13.30 BÅLTAD – Från psykos till läkare och vägen till en mänskligare psykiatri Maria Ingström, Mindboost ✓ Gratis						
13.15					13.15 Rummantra/Trumhealing Julianne Gein, Lillanmes hantverk 120 kr – vid föredragsrummet					
13.30							13.30 Gene Keys – upptäck nycklarna till ditt livs unika potential Anna-Karin Redin, Arrowheart ✓ Gratis	13.45 Kanaliserade budskap från Universum Camilla Brolin 200 kr – Förlöp monter Hall AB rad 3b		
13.45	Andetag, stillhet och förändran Gustaf Josefsson Tadaa	13.45 ANDETAG – stilla stund i ljus och närvaro Konstverket ANDETAG	13.45 Kalla hem ditt själsjus – 12-chakra meditation Maria Dupal, Andliga Klubben ✓ Gratis							
14.00									14.00 Tiden mellan liv meditation Ewa Hermansen, Inre Harmoni 100 kr – Förlöp monter Hall C rad 17	14.00 Storseans med Martin Ohlson Medium Martin Ohlson Medium 250 kr – Förlöp monter Hall AB rad 3 a
14.15						14.15 Storseans med Andekontakt Medium Susanne Lundin 150 kr – vid föredragsrummet	14.30 Upplev Reconnective Healing Sara Jansson ✓ Gratis	14.45 Om Vandrarens Orakel och berättandets kraft Sandra & Malilda, Vandrarens Orakel ✓ Gratis	15.00 Seans: Medium Lenakeren med andebord Medium Lenakeren Förlöp monter Hall AB rad 2b (köstopp 15 min innan)	15.00 Sound healing för överflödi Tanja Dyredand 100 kr – Förlöp monter Hall AB rad 7a
14.30	Funktionsmedicin – temaföreläsning Camilla Gyllensvähn & Jonas Bergqvist med gäster	14.30 ANDETAG – meditation i förändran Gustaf Josefsson Tadaa ✓ Gratis	14.30 Workshop med stämgarfilar Eva Kock, Ulla Själén ✓ Gratis	14.30 Existentiell skuld – orsaken bakom ditt självsabotage Ylva Wegler 222 kr – vid föredragsrummet						
14.45										
15.00										
15.15			15.15 Rainbow Bridge Ceremony – minnestund för våra älskade djur Mamoni Hemlin Eriksson, Mja!Universum	15.30 Regressions Healing Jan Franzén 100 kr – vid föredragsrummet	15.15 Trumresa för Rensning & Blomstring Francisca Infante MACHI 222 kr – Förlöp monter Hall AB rad 8b					
15.30										
15.45	Borde jag inte må bättre än så här? Susanne Törnqvist	15.45 ANDETAG – stilla stund i ljus och närvaro Konstverket ANDETAG								
16.00										
16.15										
16.30	Från Berg till Hjärta – Nordiska kristaller Johanna Sjernedahl & Marita Ahlqvist	16.00 Pranayama: Art of Conscious Breathing Miglena Choudhary, Conscious Living Stockholm ✓ Gratis	16.00 Träd in i din tempelträdgård Susanne Schéele ✓ Gratis	16.15 Varför så många är utmattade och hur du läker ditt nervsystem Anna-Karin Schödin ✓ Gratis	16.15 Upplev andens kraft och frid Joel Sjöberg ✓ Gratis					
16.45			16.45 Spiritueella möten – mingel Oppet mingel, kom och gå som du vill ✓ Gratis							
17.00										
17.15	Avslutningsceremoni Johanna Sjernedahl, Erika Norgren & Mattias Sundman									
17.30										
17.45										
18.00										

Ändringar kan förekomma. Se aktuell information vid mässinformationen.

Scenprogram

Lördag

10.30 – 11.00

Öppningsceremoni: One Dancing Heart

One Dancing Heart med Pablo Gascon är en unik och hjärtöppnande upplevelse som väcker liv i kroppen och skapar kontakt på djupet. Genom musik, rörelse, dans och andning får du släppa spänningar, fylla på med energi och öppna upp för mer närvaro, glädje och harmoni. En stund att känna in, släppa taget och bara vara i det som vill röra sig genom dig, en magisk start och ett fint sätt att börja din mässdag på Harmoni Expo.



Pablo Gascon

11.30 – 12.00

Trollbordsseans

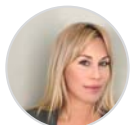
Här få ni vår möjlighet att uppleva en unik och gemensam seans med två erfarna medium, Fia Almenius och Elin Kvarnström. Tillsammans tar de med er på en resa in i andevärlden genom både transseans och trollbord. Trollbordet tillsammans med Elin svarar på ja- och nejfrågor och har även ett räkneben som kan bokstavera namn. Samtidigt tar Fia in budskap från andevärlden och kan komplettera era frågor och ge mer bevisföring.

Fia Almenius
Elin Kvarnström

12.15 – 12.45

Kontakt med andra sidan – forskning & potential

Vad innebär egentligen mediumska och kontakten med andra sidan? Finns det vetenskaplig forskning som stödjer detta? Kan alla utveckla sin mediala förmåga och hur går det till? Vilka möjligheter och vinster kan uppstå när världarna möts? Medium Camilla Elfving delar med sig av sina insikter och erfarenheter.

Camilla
Elfving

13.00 – 13.30

Vätgas - Liten molekyl, stora effekter

Vätgas har på kort tid blivit ett av de mest spännande områdena inom integrativ hälsa. Studier visar effekter på inflammation, mitokondrier och oxidativ stress, men många användare beskriver också något mer svårsmältbart, en känsla av återställning och inre lugn. Lär dig vad som fungerar och hur du kan dra nytta av det.

Fredrik
Paulún

13.45 – 14.45

Kraftplatser – temafördjupning

Ann Henemo, Hans Oreheim och Maria Phillips samtalar om kraftplatser. Med kompetens inom geomanti, arkeologi och självledarskap utforskar de hur olika platser kan påverka vårt välmående. Samtalet rör sig mellan historia och nutid, och berör hur platser kan påverka oss på olika plan och vilka möjligheter som kan öppnas i mötet mellan människa och plats.

Ann Henemo
Hans Oreheim
Maria Phillips

15.00-15.30

Angels & Devil's Cocktail

Du tror att du styr ditt liv. Det gör du inte. I alla fall inte alltid. I denna upplevelse visar David JP Phillips, baserat på boken Sex substanser som förändrar ditt liv, hur dopamin, serotonin och oxytocin i smyg styr dina beslut, relationer och ditt mående - och hur du kan ta tillbaka kontrollen. En föreläsning som känns i kroppen. Forskning, humor och brutalt ärliga insikter.

David JP
Phillips

15.45-16.15

Du är en VIBE - Frekvenser för långt liv

Kan frekvenser förlänga livet och höja livskvaliteten? Tanja guidar dig i mysterieskolornas fotspår där uråldrig kunskap möter modern frekvens- och kvantforskning. Upptäck din unika vibration och börja attrahera istället för att jaga. Avslutas med 963 Hz – Gudsfrekvensen, spelad på Pythagoras stämgafflar för en upplevelse av närvaro och energi.

Tanja
Dyredand

16.30-17.00

Tillit vid kontakt med andra sidan

Hur fungerar kontakten mellan andevärlden och ett medium utan att du kontrollerar informationen som kommer vid en storseans och en privat seans. Fungerar den utan att du vet vem informationen ska till? Medium Elisabeth Willenfeldt menar att den gör det. Hon vill visa hur intelligent andevärlden är och att om man har en kontakt så behöver man inte se eller veta vem den ska till, det fungerar ändå.

Elisabeth
Willenfeldt

17.15-17.45

Från Hjärnan till Hjärtat

Detta är mer än ett föredrag, det är en upplevelse. I denna interaktiva workshop får du följa med på en resa där ljudets vågor guidar dig från hjärnan till hjärtat. Genom att både lyssna och själv skapa ljud blir du en aktiv del av processen. Tillsammans utforskar vi hur ljud kan öppna upp för närvaro, känsla och djupare kontakt med oss själva. Konceptet är skapat av Marcos Bearcub, som med nästan 20 års erfarenhet inom ljudterapi och shamanism leder dig genom denna unika upplevelse.

Marcos
Bearcub

Söndag

10.30 – 11.00

Öppningsceremoni: One Dancing Heart part 2

One Dancing Heart med Pablo Gascon är en unik och hjärtöppnande upplevelse som väcker liv i kroppen och skapar kontakt på djupet. Genom musik, rörelse, dans och andning får du släppa spänningar, fylla på med energi och öppna upp för mer närvaro, glädje och harmoni. En stund att känna in, släppa taget och bara vara i det som vill röra sig genom dig, en magisk start och ett fint sätt att börja din mässdag på Harmoni Expo.



Pablo Gascon

11.30 – 12.00

Husrensning, Hjälp! mitt hus är hemsökt!

I detta scenföredrag berättar medium Camilla om vad en hemsökelse egentligen är, hur den kan uppstå och vad som kan ligga bakom. Du får konkreta tips på vad du kan göra om du upplever hemsökelse och vad du absolut inte ska göra. Även du som inte upplever hemsökelse får råd om hur du kan förebygga och skapa ett lugnare och mer harmoniskt hem.

Camilla
Engström

12.15 – 12.45

Vårt märkliga medvetande

Vad är medvetandet och går det utanför kroppen, bortom hjärnan? Dr Göran Brusewitz tar dig med in i aktuell forskning om healing, auran, telepati och nära-döden-upplevelser. Med decennier av erfarenhet som medvetandeforskare och ordförande i Sällskapet för Parapsykologisk Forskning bjuder han på fascinerande insikter som utmanar vår bild av verkligheten.

Göran
Brusewitz

13.00 – 13.30

Ljusets effekter på hälsan

Solen är mer än D-vitamin. Dess ljus fungerar som information som påverkar hormoner, mitokondrier, immunförsvar och nervsystem. I denna föreläsning utforskar Fredrik Paulún hur naturligt ljus och rödljusterapi kan användas för återhämtning, energi och långsiktig hälsa. Fredrik Paulún (Master of Science in Nutrition) är nutritionist, entreprenör och en av Nordens mest välkända röster inom hälsa.

Fredrik
Paulún

13.45 – 14.15

Andetag, stillhet och förundran

Gustaf Tadaa är futurist, konstnär och föreläsare. Tillsammans med sin fru, Malin Tadaa, prisbelönt textilkonstnär, har han skapat ANDETAG, en serie av konstverk och platser som andas tillsammans i som ett globalt andetag. Gustaf kommer dela sina tankar om hur ny teknik, förenat med konst, kan föra människor närmare varandra och bli del av något större.

Gustaf
Josefsson
Tadaa

14.30 – 15.30

Funktionsmedicin – temafördjupning

Hur hänger magen, hormonerna, immunförsvaret och din energi ihop? I denna temafördjupning samtalar experter inom funktionsmedicin om varför så många idag kämpar med trötthet, stress och olika symtom, och vad som ofta ligger bakom. Vi pratar om tarmens betydelse, kostens påverkan och kraften i naturen. För dig som vill förstå kroppen bättre och få nycklar till mer balans och långsiktig hälsa.

Camilla Gyllenvald
Jonas Bergqvist
med gäster

15.45 – 16.15

Borde jag inte må bättre än så här?

Du kanske redan gör "allt" rätt men du mår ändå inte så bra som du skulle vilja. Du är trött på att orken och humöret dippar, att sötsug slår till, att hjärnan blir dimmig och du är trött på att vara trött. Du kanske undrar vad som är vad i ditt mående och vet inte i vilken ände du ska börja. I den här föreläsningen får du en inblick i biokemin bakom vårt mående, och hur du kan påverka det.

Susanne
Törnqvist

16.30-17.00

Från Berg till Hjärta – Nordiska Kristaller

Vad krävs för att en kristall ska födas ur den nordiska jorden och vad händer när den möter människan? I detta föredrag följer vi kristallens resa från urbergets geologiska processer till det energimässiga mötet med oss. Marita delar över 30 års erfarenhet av kristallsökande i Norden, och Johanna berättar om sitt arbete med kristaller och "sacred tools", där lyssnande, resonans och inre transformation står i centrum.

Johanna Stjern Dahl
Marita Ahlqvist

17.15-17.45

Avslutningsceremoni

Välkommen att tillsammans avsluta Harmoni Expo i en ceremoni av närvaro och tacksamhet. Ceremonin leds av Johanna, prästinna som håller det heliga rummet. Under ceremonin spelar Erika och Mattias gong och skapar ett ljudlandskap som fördjupar upplevelsen. Tillsammans förenas våra energier och förstärks, och vi sänder en våg av kärlek, fred och harmoni ut i det kollektiva fältet runt vår jord. En stilla och kraftfull avslutning där våra intentioner får fortsätta verka i världen.

Johanna Stjern Dahl
Erika Norgren
Mattias Sundman

Jubileumstältet

Mitt i AB-hallen hittar du Jubileumstältet. En plats skapad för upplevelser, fördjupning och gemenskap. Här bjuds du in till ceremonier, workshops och stunder som inspirerar till närvaro och nya insikter. **Alla aktiviteter är gratis. Begränsat antal platser, så kom i tid.**

Lördag	Söndag
 Louise O CBD YOGA SWEDEN 11.00 – 11.30 När kroppen får minnas lätthet, lugn och livskraft En ceremoniell öppning av jubileumstältet. Här möter yogans tidlösa visdom modern self care med hampans mjuka, balanserande stöd. Genom enkla, djupt reglerande mindfulness- och yogaövningar får ditt nervsystem sjunka in i stillhet och kroppen minnas ro, smidighet och sin naturliga livskraft. En trygg introduktion till CBD-olja ingår, med möjlighet att prova.	 Fia Almenius Änglarnas Vrå 11.00 – 11.30 Trumresa Följ med på en magisk guidad trumresa med Fia från Änglarnas vrå. Trummans frekvenser leder dig till ett avslappnat tillstånd där upplevelser, inre bilder och återhämtning kan ta plats. Fias guide är den som leder oss på resan, precis där vi ska vara, och du kan få möjlighet att dina egna kraftdjur och guider. Varmt välkomna!
 Harmoni Expo Jubileumsinslag ej öppet för allmänheten	 MonDem Holistisk hälsa med vänner 11.45 – 12.45 Autentiska möten från Mongoliet Under denna timme bjuds vi in till våra mongoliska vänner som delar sin levande tradition genom strupsång och hästfiolens djupa klang. Som en del av stunden kan du ta emot ditt namn skrivet i vacker mongolisk kalligrafi på en personlig tavla, en extra gåva i samband med Harmoni Expos jubileum. En genuin och berörande upplevelse.
 MonDem Holistisk hälsa med vänner 12.45 – 13.45 Autentiska möten från Mongoliet Under denna timme bjuds vi in till våra mongoliska vänner som delar sin levande tradition genom strupsång och hästfiolens djupa klang. Som en del av stunden kan du ta emot ditt namn skrivet i vacker mongolisk kalligrafi på en personlig tavla, en extra gåva i samband med Harmoni Expos jubileum. En genuin och berörande upplevelse.	 Tanja Dyredand 13.00 – 13.30 Sound healing för överflöd Sound healing med 963 Hz för överflöd med Pythagoras mystiska stämgaflar. Vi skiftar energi för att attrahera överflöd! Prova-på-stund med potent healing. Kom och njut med Tanja Dyredand som är aktuell med nya boken: Du är en vibe - helande frekvenser och kvantfysik".
 Erika Norgren Soundmedicine 14.00 – 14.30 Aktivera din inre Soundhealer En guidad meditation där du får aktivera ljudets kraft som redan bor i dig. Det inre ljudet som bär din längtan och din inre själston vill ta plats i ditt liv. Välkommen att för en stund utforska hur du kan använda den förståelsen medvetet. Här öppnas en djupare kontakt med din intuition, din inre kompass och modet att låta ljudet vara en naturlig del av din väg.	 Maria Dupal Andliga Klubben 13.45 – 14.15 Kalla hem ditt själsljus Kalla hem ditt själsljus – en aktiverande 12-chakra meditation med Maria Dupal från podden Andliga Klubben. Följ med på en guidad resa där du stärker kontakten med ditt högre jag och övar på att stå stadigt i ditt eget ljus. Ditt ljus påverkar både ditt eget liv och den värld vi skapar tillsammans. Välkommen till en stund för påfyllning av kraft och syfte.
 Daniel & Fiorella Munay Medicine 14.45 – 15.15 Cacao Activation Stig in i jurtan för en 30-minuters Cacao Activation. En guidad upplevelse där kakao, andningsarbete och meditation vävs samman. En inbjudan att sakta ner, landa i kroppen och uppleva kakao som en embodied experience som stödjer närvaro och kontakt.	 Eva Kock Lilla Själén 14.30 – 15.00 Workshop med stämgaflar Vad räknas som flöde i kroppen och vad är det egentligen? Blod, lymfvätska, ledvätska och interstitiumvätska. Hjärtat pumpar blodet, lymfan renar kroppen, ledvätskan smörjer lederna och interstitiumvätskan finns i hela kroppen som stötdämpare för dina inre organ. Stämgaflarnas olika frekvenser kan hjälpa mycket effektivt när flödet får stopp och kroppen behöver stöd att komma igång igen. Passa på att testa stämgaflar och se hur bra ditt flöde är i din kropp!
 Annelie Mayasol 15.30 – 16.00 Kom och njut av Silent Spirituell Meditation Välkommen till en stund där du får lyssna, uppleva och njuta av en Silent Spirituell Meditation. Annelie Mayasols autentiska närvaro och starka intuitiva förmåga leder henne genom varje session med ett djupt och kärleksfullt engagemang. Att få guida dig är en gåva, för din utveckling är också hennes utveckling. Med Silent-hörlur och ögonkudde får du en vacker stund.	 Mamoni Hemlin Eriksson MjaUniversum 15.15 – 15.45 Rainbow Bridge Ceremony – minnesstund för våra älskade djur Rainbow Bridge Ceremony är en öppen minnesceremoni där du får hedra ett älskat djur som gått över till andra sidan. Vi samlas i värme för att minnas, tacka och sända en hälsning till regnbågsbron. Jag heter Mamoni "Mjau" från MjaUniversum, är konstnär, häxa och djurälskare och skapar konst, ritualer och minnesporträtt för våra kära följeslagare. Låt oss hylla de själar som gått med oss genom livet!
 Pablo Gascon 16.15-16.45 Body, Mind & Soul A guided experience where movement, breath, and presence open the door to a deeper connection between body, mind, and soul. Through simple embodied practices, you are invited to soften the mind, awaken the body, and allow the soul's expression to emerge. Discover how awareness, rhythm, and connection can bring you back to inner balance and the wisdom that already lives within you.	 Susanne Schéele 16.00 – 16.30 Träd in i din tempelträdgård Välkommen till en kraftfull, guidad upplevelsemeditation. Här leds du varsamt in till en magisk plats inom dig för återhämtning och läkning genom olika symboler och högfrekvent light language. Träd in din tempelträdgård! Susanne Schéele är astrolog, tarotlärare, reikimaster och en omtyckt meditationsledare. Hon driver Garden of Feathers tillsammans med Thorwald Lorentzon.
 Öppet mingel, kom och gå som du vill 17.00-18.00 Spiritueella möten - mingel Här kan du möta likasinnade som också utforskar sin andliga väg, i ett öppet mingel där samtalen mellan besökarna står i centrum. Slå dig ner bredvid någon du inte känner, låt samtalet växa fram och dela erfarenheter och upplevelser från dagen. Upptäck gemensamma frågor, insikter och perspektiv. Konversationskort finns för en mjuk start. En varm mötesplats för att dela tankar, inspireras och kanske ta de första stegen på din andliga resa tillsammans med andra.	 Öppet mingel, kom och gå som du vill 16.45-17.45 Spiritueella möten - mingel Här kan du möta likasinnade som också utforskar sin andliga väg, i ett öppet mingel där samtalen mellan besökarna står i centrum. Slå dig ner bredvid någon du inte känner, låt samtalet växa fram och dela erfarenheter och upplevelser från dagen. Upptäck gemensamma frågor, insikter och perspektiv. Konversationskort finns för en mjuk start. En varm mötesplats för att dela tankar, inspireras och kanske ta de första stegen på din andliga resa tillsammans med andra.