

GLOW *well* FESTIVAL

FESTIVALPROGRAMM

Samstag, 7. März 2026
Alte Kaserne Winterthur



RAUM REST

1. STOCK

11:30 - 18:00

MATCHA & CACAO

TENDER RITUAL

AT·ELLE·IER

13:00 - 13:45

**BLISS – GLÜCKLICHSEIN AUS
SICHT DER BUDDHISTISCHEN
PSYCHOLOGIE**

Jasmin Clamor

16:00 - 17:00

MENTAL STARK MIT AROMAÖLEN

Julia von Farfalla



RAUM MOVE

1. STOCK

13:00 - 13:45

SOMATIC YOGA & LIVE MUSIK

Joëlle Sestito & Laia Pascual

14:00 - 14:45

QIGONG

Brigitte Ljaskowsky

15:00 - 15:45

VINYASA YOGA

Sofia Pasion (EN)

16:00 - 16:45

BREATHE & STRETCH

Michèle Fabian



RAUM NOURISH

2. STOCK

12:00 - 12:45

OPENING & SPOKEN WORD

Martina Fink, aayuubaa & Team

13:00 - 13:45

CHAKRAMEDITATION

Irene Elmer

14:00 - 14:45

WEIBLICHKEIT NÄHREN

Céline Spillmann

15:00 - 15:45

GLOW RESET WORKSHOP

Martina Fink

16:00 - 16:45

CONSCIOUS DANCE

Filippo Armati (EN)

17:00 - 17:45

KONZERT

Rahel Nahely & Laia Pascual

18:00 - 19:00

ECSTATIC DANCE & LIVE DRUMS

Martina Fink & Laia Pascual

19:00 - 19:45

SOUND BATH

Jamilah Joseph

19:45 - 20:00

CLOSING



NOCH KEIN
TICKET?

**KLICKE HIER &
MELDE DICH JETZT AN**



NOCH NICHT
CONNECTED?

@MARTINAGLOWS