



UNITY

KL.	LØRDAG 28. JUNI	SØNDAG 29. JUNI	MANDAG 30. JUNI	TIRSDAG 1. JULI	ONSDAG 2. JULI
11.00		MORGENSANG VED TØS	MORGENSANG VED TØS	MORGENSANG VED TØS	MORGENSANG VED TØS
12.00		SAUNAGUSBUS VED SAUNA85 i Volunteers' Garden (12:00-19:00)	FREMTIDSVÆRKSTED ved Team Dreamers & Tænketanken Demokratisk Erhverv (12:00-13:00)	SAUNAGUSBUS VED SAUNA85 i Volunteers' Garden (12:00-19:00)	FREMTIDSVÆRKSTED ved Team Dreamers & Tænketanken Demokratisk Erhverv (12:00-13:00)
			SAUNAGUSBUS VED SAUNA85 i Volunteers' Garden (12:00-19:00)		SAUNAGUSBUS VED SAUNA85 i Volunteers' Garden (12:00-19:00)
13.00		SPIL & LEGE VED VILLADS BUGGE Pop up (13:00-17:00)	SPIL & LEGE VED VILLADS BUGGE Pop up (13:00-17:00)	SPIL & LEGE VED VILLADS BUGGE Pop up (13:00-17:00)	SPIL & LEGE VED VILLADS BUGGE Pop up (13:00-17:00)
14.00	MUSIKBANKO VED URBAN 13 (14:00-15:00)	MUSIKBANKO VED URBAN 13 (14:00-15:00)	MUSIKBANKO VED URBAN 13 (14:00-15:00)	MUSIKBANKO VED URBAN 13 (14:00-15:00)	MUSIKBANKO VED URBAN 13 (14:00-15:00)
		FRIVILLIGPORTRÆTTER ved Chris Rini (14:00-19:00)	FRIVILLIGPORTRÆTTER ved Chris Rini (14:00-19:00)	FRIVILLIGPORTRÆTTER ved Chris Rini (14:00-19:00)	FRIVILLIGPORTRÆTTER ved Chris Rini (14:00-19:00)
15.00		FOLKEDANS VED VILLADS BUGGE (15:00-15:45)		FOLKEDANS VED VILLADS BUGGE (15:00-15:45)	
16.00		VIRTUAL REALITY-OPLEVELSER (16:00-17:00)	VIRTUAL REALITY-OPLEVELSER (16:00-17:00)	VIRTUAL REALITY-OPLEVELSER (16:00-17:00)	
17.00					
18.00		GRIN & RIM (18:30-20:00)	GRIN & RIM (18:30-20:00)		
19.00	FEJRING AF FRIVILLIGHEDEN (19:00-21:00)				
20.00				OTS FREESTYLE RAP BATTLE (20:00-21:30)	
21.00			DJ JOHN VINCENT (21:00-01:00)	DJ STILLING (21.30-01.30)	



UNITY

UNITY
HAR ÅBENT
DØGNET RUNDT FRA
LØRDAG 29. JUNI TIL
LØRDAG 6. JULI.

Velkommen til Unity – et hyggeligt samlingssted for frivillige med morgensang, kreative live-acts og sjove, samskabende aktiviteter. Her er der plads til både nye og gamle venner, og masser af gode stunder sammen. Du kan orientere dig om programmet lige her.

FEJRING AF FRIVILLIGHEDEN

LØRDAG 28. JUNI (KL. 19:00-21:00)

Kom med til en aften hvor vi hylder frivilligheden, fællesskabet og festivalens begyndelse. Der vil være hyggelige aktiviteter, lækre forfriskninger og sjove indslag. Grib muligheden for at dele oplevelsen med nye og gamle frivilligvenner, når du skråler med til musikbingo, brøler af latter til freestylertap med Grin & Rim eller tager forskud på lidt selvforkælelse i Volunteers' Garden.

MORGENSANG MED TØS

SØNDAG 29. JUNI – ONSDAG 2. JULI (KL. 11:00-11:30)

Kom og vær med, når TØS byder på morgensang og udfolder deres talenter med cello, kontrabas, guitar, keyboard og smukke sangstemmer

MUSIKBANKO VED URBAN 13

SØNDAG 29. JUNI – ONSDAG 2. JULI (KL. 14:00-15:00)

Foreningen Urban 13 sørger for underholdning, musik og præmier til de skarpe musik-kendere.

SAUNAGUS BUS VED SAUNA85

LØRDAG 29. JUNI – LØRDAG 5. JULI (KL. 12:00-19:00)

Saunagus hos Sauna85 er en sanselig pause fra hverdagen – en guidet aroma-terapioplevelse i saunaen med æteriske olier, varme og beroligende musik. Gusmesteren skaber en stemning af ro og nærvær, hvor du kan trække vejret dybt og finde balance. En session varer ca. 75 minutter og består af tre runder med pauser imellem til afkøling og fordybelse. Der vil være saunagus i tidsrummene 12.00 – 13.15, 14.30 – 15.45 og 17.30 – 18.45. Derudover vil der være åben sauna kl. 13.30 – 14.15 og 16.00 – 17.15.

SPIL & LEGE MED VILLADS BUGGE

SØNDAG 29. JUNI – LØRDAG 5. JULI (KL. 13:00-17:00)

Gør dig klar til at slippe kontrollen og finde legen frem! I Volunteers Village kan du møde et gøglersjak af mund-akrobater, poeter, skuespillere & cirkusartister der vil sætte krop og sind i bevægelse med daglige lege, skøre udfordringer og spontane optog. Oplev blandt andet nye fortolkninger af Kongens efterfølger, klassisk folkedans, limbo, tovtrækning og sjipling. Hold øje med kæphestene, som fungerer som levende maskotter og pejlemærker for, hvor holdet samles og legen starter. Kom som du er – og leg med!

FRIVILLIGPORTRÆTTER AF CHRIS RINI

SØNDAG 29. JUNI – ONSDAG 2. JULI (KL. 14:00-19:00)

Kom og oplev Chris Rini i Volunteers Village, hvor han hylder festivalens hjerte – de frivillige – med improviserede portrætter. Frivilligportrætterne vises på skærmene i Volunteers' Village som en fejring af alle dem, der gør Roskilde Festival mulig.

OTS FREESTYLE RAP BATTLE

TIRSDAG 1. JULI (20-21.30)

Rapkollektivet 'On The Spot' bringer os hårdt-slående og underholdende freestyle rap battles. Mens rapperne imponerer med improviserede rim, bestemmer DU som publikum, hvad rappen skal handle om, og hvem af de otte rappere der går fra eventet som den ultimative vinder!

GRIN & RIM

SØNDAG 29. JUNI, MANDAG 30. JUNI (KL. 18:30 - 20:00)

Oplev et musikalsk Comedy Show, hvor der leges med grænserne mellem standup comedy og freestyle rap. De to discipliner bliver udført af

“eksperterne” indenfor hvert felt, hvorefter de bliver kastet ud i hinandens udebane – og man får lov at se velkendte ansigter på dybt vand.

DJ JOHN VINCENT (JVC)

MANDAG 30. JUNI (KL. 21:00 - 01:00)

JVC er DJ og producer fra København, der har omsat sin kærlighed til hiphop til et pulserende liv bag pulten. Med rødde i hiphop og en forkærlighed for funk og dancehall skaber han et energisk lydunivers, der overrasker og engagerer – både når han mixer live og producerer i studiet. JVC har delt scene med nogle af Danmarks største artister som ICEKiiD, Benny Jamz og Gilli og har åbnet shows for internationale ikoner som Lauryn Hill, Stormzy og Craig David. Med gigs fra Brasilien til Nigeria har han sat sit aftryk på dansegulve verden over.

I 2022 udgav han debutalbummet KASAMA med stærke features fra bl.a. Desta French og Prettyboy D-O. I dag er han medskaber af de populære klubkoncepter CLUB LIVE og MAHAL KITA – og uanset hvor han spiller, forvandler han dansegulvet til en fest, du sent vil glemme.

FREMTIDSVÆRKSTED V. TEAM DREAMS & TÆNKETANKEN DEMOKRATISK ERHVERV

MANDAG 30. JUNI, ONSDAG 2. JULI (12:00 - 13:00)

Skal foreninger virkelig bare være lange general-forsamlinger, støvede dagsordener og lunken kaffe? Nej da!

Kom og vær med til at bygge din drømme-udgave af Foreningen Roskilde Festival, når Team Dreamers og Tænketanken Demokratisk Erhverv inviterer til fremtidsværksted i Unity.

Vi smider de gamle foreningsrammer over bord og drømmer stort!

DJ STILLING

TIRSDAG 1. JULI (KL. 21:30-01:30)

Mainstream / UK Garage / Surprises
Stilling har i de sidste fem år turneret landet rundt med Danmarks bedste freestylere – og han ved præcis, hvordan man tænder op under et publikum. Nu lander han i Volunteers' Village med en solid mission: At levere rendyrket feststemning fra første beat.

Med et øre for både de store crowd-pleasere og de skæve perler tager Stilling dig med dér, hvor alt kan ske. Fra Londons støvede UK Garage-kroge til mainstream-hits du ikke kan lade være med at råbe med på - og overraskelser fra genrer, du ikke vidste, du elskede endnu.

VIRTUAL REALITY-OPLEVELSER (AAU VR)

SØNDAG 29. JUNI, – TIRSDAG 1. JULI (KL. 17:00-18:00)

Virtual Reality-oplevelser som handler om lyd med et fælles formål om at skabe ro på festivalen, hvor du igennem spil, musikterapi og interaktive scenarier får indblik i blandt andet social overstimulering, festivalindtryk med autistiske sanser og høretab.



VOLUNTEERS' GARDEN

KL.	LØRDAG 28. JUNI	SØNDAG 29. JUNI	MANDAG 30. JUNI	TIRSDAG 1. JULI	ONSDAG 2. JULI	TORSDAG 3. JULI	FREDAG 4. JULI	LØRDAG 5. JULI
10.00		YOGA - ZINA	YOGA - KI	BARFODS YOGA - JEANETT	YOGA - SARAH	YOGA - ZINA	YOGA - SARAH	QI GONG - SUNE
11.00		YOGA - ZINA	PRANAYAMA/ NIDRA - KI	GROUNDING - CELINA	YOGA - SARAH	YOGA - ZINA	PRANAYAMA/ NIDRA - KI	GROUNDING - CELINA
12.00		FASCIAL MASSAGE - JEANETT	BEROLIGENDE ØRE AKUPRESSUR - JEANETT	BEROLIGENDE ØRE AKUPRESSUR - JEANETT	PILATES - IBEN	LYD MEDITATION - COLETTE	YOGA - SARAH	LYD MEDITATION - COLETTE
13.00	SIESTA	SIESTA	SIESTA	SIESTA	SIESTA	SIESTA	SIESTA	SIESTA
		LATIN DANCE - CASA BAILAR		LATIN DANCE - CASA BAILAR		LATIN DANCE - CASA BAILAR		
14.00		GROUNDING - CELINA	YOGA - SARAH	YOGA - ZINA	PRANAYAMA/ NIDRA - KI	VISUALISERINGS- ØVELSE - CELINA	YOGA - JEANETT	
15.00		LYD MEDITATION - COLETTE	LYD MEDITATION - COLETTE	LYD MEDITATION - COLETTE	LYD MEDITATION - COLETTE	PILATES - IBEN	LYD MEDITATION - COLETTE	
16.00		VISUALISERINGS- ØVELSE - CELINA	YOGA - SARAH	YOGA - ZINA	YOGA - KI	QI GONG - SUNE	QI GONG - SUNE	
17.00		LATIN DANCE - CASA BAILAR		LATIN DANCE - CASA BAILAR		LATIN DANCE - CASA BAILAR		
18.00		LATIN DANCE - CASA BAILAR		LATIN DANCE - CASA BAILAR		LATIN DANCE - CASA BAILAR		
19.00								
20.00	FEJRING AF FRIVILLIGHEDEN							



VOLUNTEERS' GARDEN

VOLUNTEERS'
GARDEN HAR ÅBENT
DØGNET RUNDT FRA
LØRDAG D. 28. JUNI
TIL LØRDAG
D. 6. JULI.

Velkommen til Volunteers' Garden – et hyggeligt og roligt samlingssted for frivillige. Her kan du lande, lade op og mærke dig selv igen. Et roligt og smukt sted kun for dig, der giver af din tid og energi. Vi har mange forskellige klasser i yoga, vi har Pilates, Qi Gong, lydmeditation, dans, grounding, fascial massage, beroligende øre akupressur, strikning, maling, udendørs lege og mange andre fantastiske aktiviteter, og du er inviteret til at deltage i dem alle. Tjek programmet for at se hvornår vores aktiviteter er åbne.

FEJRING AF FRIVILLIGHEDEN

LØRDAG 28. JUNI KL. 19-21

Kom med til en aften hvor vi hylder frivilligheden, fællesskabet og festivalens begyndelse. Der vil være hyggelige aktiviteter, lækre forfriskninger og sjove indslag. Grib muligheden for at dele oplevelsen med nye og gamle frivilligvenner - når du skråler med til musikbingo, brøler af latter til freestylerap med Grin & Rim eller tager forskud på lidt selvforkælelse i Volunteers' Garden

SAUNAGUS BUS VED SAUNA85

**LØRDAG 28. JUNI TIL LØRDAG 5. JULI
(KL. 12:00-19:00)**

Saunagus hos Sauna85 er en sanselig pause fra hverdagen – en guidet aromaterapioplevelse i saunaen med æteriske olier, varme og beroligende musik. Gusmesteren skaber en stemning af ro og nærvær, hvor du kan trække vejret dybt og finde balance. En session varer ca. 75 minutter og består af tre runder med pauser imellem til afkøling og fordybelse. Der vil være saunagus i tidsrummene

12.00–13.15, 14.30–15.45 og 17.30–18.45.

Derudover vil der være åben sauna kl. 13.30–14.15 og 16.00–17.15.

YOGA

SØNDAG 29. JUNI TIL FREDAG 4. JUNI

Vi inviterer dig til at deltage i forskellige typer yoga:

NIDRA - yogisk søvn, en tilstand mellem vågenhed og søvn.

PRANAYAMA - vejrtrækningsteknikker.

HATHA - at balancere din krop og sind gennem en række stillinger og vejrtrækningsteknikker.

VINYASA - bevæge sig fra en stilling til den næste i en flydende sekvens sammen med din vejrtrækning.

BARFODET - kærlighed og omsorg for dine fødder. Du kan kun deltage, hvis du har rene fødder, så brug muligheden for at få et dejlig fodbad.

AKTIVITETER

SØNDAG 29. JUNI TIL LØRDAG 5. JUNI

FASCIAL MASSAGE - refererer til det bindevæv, der dækker og understøtter musklerne i hele din krop. Spændingsløsende selvmassage-session.

PILATES - et system af øvelser for at fremme styrke, stabilitet og fleksibilitet.

QI GONG - øvelser for at optimere energien i kroppen, sindet og ånden.

BEROLIGENDE ØRE AKUPRESSUR

- afslappende klasse, hvor instruktøren placerer små frø på specifikke akupressurpunkter i dit øre.

LYDMEDITATION - smuk selvkærlighedsmeditationsklasse for at frigive og slappe af.

GROUNDING - Nærværende afspænding. Du laver øvelser, hvor du lander i din grounding.

UDSMYKNING OG FODBAD

SØNDAG 29. JUNI TIL LØRDAG 5. JUNI

Du kan hver dag komme og blive udsmykket med lidt glimmer omkring øjnene. Find vores friske Glimmer-frivillige ved Stylingteltet mellem kl. 11.00-19.00. Du kan nogle dage blive dekoreret med fin og enkel ansigstmaling. Kig efter Maria et sted i haven. Det er muligt at få hvilet og plejet dine trætte fødder med et behageligt fodbad mellem kl. 11.00-19.00.

DANS

**LØRDAG 28. JUNI, SØNDAG 29. JUNI,
TIRSDAG 1. JULI, TORSDAG 3. JULI.**

Oplev og dans med den dynamiske og livlige dansegruppen Casa Bailar. De inkluderer og inviterer alle ind i latindans, som Bachata Moves, Salsa Basic og pardans. Der vil også være pole og pop-up dans. Find dem i haven og lad dig rive med.