



YANTRA
Yoga Festival

YANTRA Yoga Festival		Samedi 7 février	
	Salle CARDABELLE	Salle ROUGIER	CHAPITEAU
9h-10h	Atelier minéral : "rencontre ta pierre d'expansion" - Lena	Reboot : reprogrammation de la respiration - Théo	Expression corporelle Clémentine
10h30-11h30	Relaxologie Aurélie	Bain sonore d'harmonisation des chakras - Morgan	Kundalini Yoga Béatrice (1h30)
PAUSE DEJEUNER			
13h30-14h30	Sophro-danse "Médecine de la Rose" Marion	Voyage sonore à 4 mains et initiation Yoga du son Vanessa & Anne	Kundalini Yoga Mantras Béatrice
15h-16h	Vinyasa Yoga Marie	Ashtanga Yoga Emeric	Biodanza Matthieu
16h30-17h30	Raja Yoga Mélanie	FlowNergy® Stéphanie	Danse indienne Patricia
18h-19h30	CONCERT		

YANTRA

Yoga Festival

9h30-10h30

11h-12h

13h30-14h30

15h-16h

16h30-17h30

Salle
CARDABELLE

Yoga postural
Patricia

Sophro méditation
Caroline

Yoga nidra
Patrice

Yoga & pranayama
Elsa

Méditation collective en musique
Renaud R

Salle
ROUGIER

Do In
Florence

Power Yoga
Nathalie

PAUSE DEJEUNER

Bain de gongs
et autres instruments
Laure & Christophe

Vinyasa Yoga
Emeric

Yoga du rire
Vanessa