



YANTRA
Yoga Festival

YANTRA
Yoga Festival

Samedi 7 février

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

YANTRA
Yoga Festival

Dimanche 8 février

	Salle CARDABELLE	Salle ROUGIER
9h30-10h30	Yoga postural Patricia	Do In Florence
11h-12h	Sophro méditation Caroline	Power Yoga Nathalie
PAUSE DEJEUNER		
13h30-14h30	Yoga nidra Patrice	Bain de gongs et autres instruments Laure & Christophe
15h-16h	Yoga & pranayama Elsa	Vinyasa Yoga Emeric
16h30-17h30	Méditation collective en musique Renaud R	Yoga du rire Vanessa