



YANTRA
Yoga Festival

YANTRA
Yoga Festival

Samedi 1er février

	Salle CARDABELLE	Salle ROUGIER
9h30-10h30	Lithothérapie : Atelier minéral sur l'ancrage Lena	Do In Florence
11h-12h	Vinyasa Yoga Marie	Rencontre minérale et voyage chamanique Marion
PAUSE DEJEUNER		
13h30-14h30	Yoga nidra et bols chantants Sylvie	Bain sonore d'harmonisation des chakras Morgan
15h-16h	Raja Yoga Mélanie	FlowNergy® Stéphanie
16h30-17h30	De la posture gymnastique à Sthira Sukham Asanam Patrice	Yoga de l'énergie Sandrine
18h-19h	Voyage sonore & bain de gongs Laure & Christophe	

YANTRA
Yoga Festival

Dimanche 2 février

	Salle CARDABELLE	Salle ROUGIER
9h30-10h30	Yoga et respiration Valérie	Ashtanga Yoga Emeric
11h-12h	Danse Libre & Alchimique Julie	Sophro-yoga Elsa
PAUSE DEJEUNER		
13h30-14h30	Relaxologie Aurélie	Voyage sonore à 4 mains et initiation Yoga du son Vanessa & Anne
15h-16h	Yoga intégral Delphine	Souffle et Yoga Théo
16h30-17h30	Méditation collective en musique Renaud R	