



FÊTE DU YOGA & DU BIEN-ÊTRE



LE PROGRAMME





COURS COLLECTIFS • YOGA

10H-11H30

1h30 Yoga du Son Intégral
avec Pierre-Pascal Baron

Participation
Libre

11H-12H

1H Hatha Yoga
avec Eva Peyrieras

Participation
Libre

11H45-13H

1H15 Yoga Vinyasa
avec Nathalie Mathieu

Participation
Libre

12H15-13H15

1H Yoga en conscience
avec Evelyne

Gratuit

**Places limitées, réservation obligatoire sur HelloAsso (lien en bio)*

ROCHEFORT-EN-TERRE

**PARC DU CHÂTEAU
SAMEDI 20 JUIN
10H - 20H**





COURS COLLECTIFS • YOGA

15H-16H15

1h15 Yoga Vinyasa
avec Carole-Anne

Participation
Libre

16H-17H15

1h15 Yoga Mobilité
avec Chloé Mortelette

Participation
Libre

16H-17H30

1h30 Yoga Kundalini
avec Annabelle Aubry

Gratuit

16H-17H30

1h30 Yoga Sivananda
avec Valérie Perrin

Participation
Libre

17H30-19H

1h30 Intégral Vinyasa Yoga
avec Sreemati

Participation
Libre

**Places limitées, réservation obligatoire sur HelloAsso (lien en bio)*

ROCHEFORT-EN-TERRE

PARC DU CHÂTEAU
SAMEDI 20 JUIN
10H - 20H





COURS COLLECTIFS • BIEN-ÊTRE

10H-11H30

1h30 Tai Chi
avec Christine Ripart

Participation
Libre

13H30-15H

1h30 Chant vibratoire
avec Nathalie Wilson

Participation
Libre

14H-15H

1H Séance de Pleine Conscience
avec Nathalie Mathieu

Gratuit

18H-19H

1H Lian Gong
avec Christine Ripart

Participation
Libre

**Places limitées, réservation obligatoire sur HelloAsso (lien en bio)*

ROCHEFORT-EN-TERRE

PARC DU CHÂTEAU
SAMEDI 20 JUIN
10H - 20H





ATELIERS PARENTS-ENFANTS**

10H-16H

45 min à 1H Création Mandala marque-page
avec Nathalie Josselin

Gratuit

15H-16H

45 min Yoga parent-enfant
avec Bénédicte Carmagnolle

Gratuit

16H-17H

1h Initiation au Didgeridoo
avec Karl Richard Esprit Nomade

Gratuit

**Places limitées, réservation obligatoire sur HelloAsso (lien en bio)*

***Goûter offert jusqu'à l'âge de 10 ans pour 2 ateliers inscrits minimum*

ROCHEFORT-EN-TERRE

**PARC DU CHÂTEAU
SAMEDI 20 JUIN
10H - 20H**





ATELIERS COLLECTIFS • BIEN-ÊTRE

13H30

30 à 40 min Voyage Sonore
avec Claire Boisselier

Petit prix

14H30

30 à 40 min Voyage Sonore
avec Claire Boisselier

Petit prix

14H30

45 min Automassage
avec Alizée Euphrosine

Petit prix

**Places limitées, réservation obligatoire sur HelloAsso (lien en bio)*

ROCHFORT-EN-TERRE

**PARC DU CHÂTEAU
SAMEDI 20 JUIN
10H - 20H**





ATELIERS COLLECTIFS • BIEN-ÊTRE

15H30

30 à 40 min Voyage Sonore
avec Claire Boisselier

Petit prix

15H30

Questions-réponses naturopathie
avec Virginie Boileau

Gratuit

16H30

30 à 40 min Voyage Sonore
avec Claire Boisselier

Petit prix

**Places limitées, réservation obligatoire sur HelloAsso (lien en bio)*

ROCHEFORT-EN-TERRE

**PARC DU CHÂTEAU
SAMEDI 20 JUIN
10H - 20H**





LE COEUR À L'UNISSON

18H-19H

Concert de relaxation
avec Karl Richard Esprit Nomade

Gratuit

18H-19H

Cérémonie de l'été, mandala de fleurs
avec Nathalie Mathieu

Gratuit

**Places limitées, réservation obligatoire sur HelloAsso (lien en bio)*

ROCHEFORT-EN-TERRE

PARC DU CHÂTEAU
SAMEDI 20 JUIN
10H - 20H





SOINS INDIVIDUELS • BIEN-ÊTRE

10H

20 min Soin au pendule
avec Bénédicte Carmagnolle

Petit prix

10H30

20 min Soin au pendule
avec Bénédicte Carmagnolle

Petit prix

11H

20 min Soin au pendule
avec Bénédicte Carmagnolle

Petit prix

11H30

20 min Soin au pendule
avec Bénédicte Carmagnolle

Petit prix

**Places limitées, réservation obligatoire sur HelloAsso (lien en bio)*

ROCHEFORT-EN-TERRE

PARC DU CHÂTEAU
SAMEDI 20 JUIN
10H - 20H





MASSAGES INDIVIDUELS • BIEN-ÊTRE

10H

50 min Massage sonore
avec Claire Boisselier

Petit prix

12H30

20 min Massage Ayurvédique
avec Alizée Euphrosine

Petit prix

13H

20 min Massage Ayurvédique
avec Alizée Euphrosine

Petit prix

13H30

20 min Massage Ayurvédique
avec Alizée Euphrosine

Petit prix

13H30

20 min Massage Ayurvédique
avec Alizée Euphrosine

Petit prix

**Places limitées, réservation obligatoire sur HelloAsso (lien en bio)*

ROCHEFORT-EN-TERRE

**PARC DU CHÂTEAU
SAMEDI 20 JUIN
10H - 20H**





MASSAGES INDIVIDUELS • BIEN-ÊTRE

16H30

10 min Massage Ayurvédique Tête - mains - pieds
avec Virginie Boileau

Petit prix

16H45

10 min Massage Ayurvédique Tête - mains - pieds
avec Virginie Boileau

Petit prix

17H

10 min Massage Ayurvédique Tête - mains - pieds
avec Virginie Boileau

Petit prix

**Places limitées, réservation obligatoire sur HelloAsso (lien en bio)*

ROCHFORT-EN-TERRE

**PARC DU CHÂTEAU
SAMEDI 20 JUIN
10H - 20H**





MASSAGES INDIVIDUELS • BIEN-ÊTRE

17H15

10 min Massage Ayurvédique Tête - mains - pieds
avec Virginie Boileau

Petit prix

17H30

10 min Massage Ayurvédique Tête - mains - pieds
avec Virginie Boileau

Petit prix

17H45

10 min Massage Ayurvédique Tête - mains - pieds
avec Virginie Boileau

Petit prix

**Places limitées, réservation obligatoire sur HelloAsso (lien en bio)*

ROCHEFORT-EN-TERRE

**PARC DU CHÂTEAU
SAMEDI 20 JUIN
10H - 20H**



FÊTE DU YOGA ET DU BIEN-ÊTRE

JEU CONCOURS

Le temps est venu ... de gagner un séjour yoga

Un merveilleux cadeau à s'offrir : un séjour de yoga au Domaine de Bodeuc à Nivillac.

Le Temps est venu, valable pour 1 ou 2 personnes (d'une valeur de 150 € par personne).

Comment y participer ?

1. Inscrivez-vous **au cours de Sreemati, Integral Vinyasa Yoga d'1h30, à la Fête du Yoga**
2. Suivez sa pratique à 17h30
3. Tirage au sort à la fin du cours

Inscription

