

Festi Yoga et Bien-être 2018

Samedi 12 mai L'heure	Grande salle Lépine (A=adult)			Petite salle au fond de la Salle Lépine			Devant le bar dans la salle Lépine (A=adult)			Salle La Challaisienne (A=adult)		
	Quoi	Qui	Age	Quoi	Qui	Age	Quoi	Qui	Age	Quoi	Qui	Age
9h00-10h00	Ouverture Yoga: Salutation au Soleil	Britta Dezillie	+ 10 & A				Colorier des mandalas et signification des couleurs	Elena & Silke Blechsmidt-Dezillie	+ 2	Méditation guidée	Corinne Mestral	+16 & A
10h20-11h20	Pilates	Britta Dezillie	+ 14 & A	dehors s'il fait beau Sophrologie	Nathalie Mignon	3-7	Créer un bocal de sel de bain aux huiles essentielles Salle Lépine: à l'entrée à droite	Beatrice Ahmad	+ 8	Yoga postnatal maman/bébé	Renata Podolcova	bébé: 2 - 12 mois
11h40-12h40	Voix-souffle-Energie	Françoise Solomiac	+ 15 & A	dehors s'il fait beau Sophrologie	Nathalie Mignon	8-15	Atelier 1000 opportunités	Agnès Bieri-Ors	+15 & A	Brain gym et Relaxation	Josée Hanna	3-7
Pause midi							Repas payant au bar ou au Food Truck					
14h15- 15h15	Activité en famille! Bien-être et libération émotionnelle	Amélie Mercier & Arnaud Dancie	+ 7 & A	Initiation aux huiles essentielles Salle Lépine: à l'entrée à droite!	Beatrice Ahmad	A	Activités ludiques	Manu Batista	2-6	Gym douce	Corinne Marletaz	A
15h35 - 16h35	Danse Orientale	Chloé Pradignac	+ 10 & A	Relaxation / Méditation Heartfulness	Claire Bayard	+15 & A	Origami	Daniel Chollet	+4	Do-In	Xavier Thibert	+ 10 & A
16h55 - 17h55	Pranayama: Respiration Abdominale et Kapalhati (détox)	Britta Dezillie	+ 15 & A	Sous "La Halle" avec les expos! Atelier couleurs et soin	Anouk Pittet	+18 & A	s'il fait beau: sous "La Halle" avec les expos Art: Décoration d'une boîte ou création d'un collier	Bernadette Bakker	4-15	Méditation	Xavier Thibert	+ 16 & A
Pause dinner							Repas payant au bar ou au Food Truck					
19h15 - 20h15	Conférence: L'alchimie amoureuse	Amélie Mercier & Arnaud Dancie	A	Atelier 1000 opportunités	Agnès Bieri-Ors	+14 & A	Massages (tête, dos, bras et mains) entre enfants	Silke Blechsmidt Dezillie	+ 2			
20h30-21h45	Biodanza: atelier découverte	Anouk Pittet	A				Activités ludiques	Manu Batista	+ 2			
Dimanche 13 mai L'heure	Grande salle Lépine (A=adult)			Petite salle au fond de la Salle Lépine			Devant le bar dans la salle Lépine (A=adult)			Salle La Challaisienne (A=adult)		
Quoi	Qui	Age	Quoi	Qui	Age	Quoi	Qui	Age	Quoi	Qui	Age	
9h00-10h00	Yoga Assis (au travail, dans l'avion, à l'école,...)	Britta Dezillie	+ 8 & A	Histoires pour les plus petits	Silke Blechsmidt-Dezillie	+2	s'il fait beau: sous "La Halle" avec les expos Art: Décoration d'une boîte ou création d'un collier	Bernadette Bakker	4-12	Méditation guidée	Corinne Mestral	+ 16 & A
10h20-11h20	Yoga "à deux"	Britta Dezillie	+ 8 & A	Atelier 1000 opportunités	Agnès Bieri-Ors	+15 & A	Peinture sur cailloux s'il fait beau: sous "La Halle" avec les expos	Ludmila Beyer	3 - 7	Yoga maman / bébé	Renata Podolcova	bébé: 12-24 mois
11h40-12h40	MISA: Massage entre Enfants aussi ouvert aux enseignants	Britta Dezillie	4-10	Baby Clean (mamans & enfants) Salle Lépine: à l'entrée à droite	Raquel Cajaraville	0-3 & A	Atelier écriture	Lucile Green	+ 7 & A	Do-In	Xavier Thibert	+ 10 & A
Pause midi							Repas payant au bar ou au Food Truck					
14h15- 15h15	Activité en famille! Danse du Cœur parents-enfants	Anouk Pittet	+ 5 & A	Relaxation / Méditation Heartfulness	Claire Bayard	+15 & A	Maman et bébé Aloe Salle Lépine: à l'entrée à droite	Raquel Cajaraville	0-4	Source et Ressources	Josée Hanna	+ 16 & A
15h35 - 16h35	Activité en famille! Découvrir son animal totem	Amélie Mercier	+ 7 & A	Brain gym et Relaxation	Josée Hanna	3-6	Le point de création de notre réalité	Arnaud Mercier	A	Do-In	Xavier Thibert	+ 10 & A
16h50 - 17h45	Yoga pour le Dos et Relaxation	Britta Dezillie	+ 18 & A	Colorier des mandalas et signification des couleurs	Silke Blechsmidt-Dezillie	+ 3	Voix-souffle-Energie	Françoise Solomiac	+ 12 & A	Méditation	Xavier Thibert	+16 & A
17h50							Remerciements et tombola	Britta Dezillie	A			