Festival OM SHANTI

Planning du festival Om Shanti

VENDREDI

HUMANITAIRE Himalaya

SALLE ANANDA joie profonde	SALLE SHANTI paix, calme intérieur	SALLE PRANA énergie vitale	SALLE SAMADHI état de pleine conscience	AUVENT EXTÉRIEUR	SALLE NAMASTE respect et connexion	SALLE SATYA vérité et authenticité	SALLE SUKHA aisance et bien-être	SALLE MOKSHA libération, lâcher-prise	CHAMBON STATION *(extérieur)*	EXTÉRIEUR
14h-15h15	14h-15h15			14h-15h15		14h-15h15	14h-17h	14h-15h15		
Noémie BEUCLER **Yoga du son**	*Annick THÉVENOT* **Hatha Yoga**			*Isabelle BERTEAU* **Hatha Yoga Flow**		*Pauline PELISSIER* **Nourrir son être selon l'Ayurvéda**	*Sandrine ROUBENNE* **Cercle de pardon**	*Warren BARRY* **Atelier d'auto-hypnose**		
15h30-17h	15h30-17h		15h30-17h			15h30-17h		15h30-17h		
Séverine FÉZARD **Yoga de l'être**	*Emmanuelle CUEFF* **Mantras et lumière**		*Warren BARRY* **Atelier d'auto-hypnose**	*Adèle EUDE* **Hatha Yoga**	*Aurore MOTTE* **Conférence sur les 8 membres du yoga**	*Brigitte EUDE* **Constellation familiale**		*Pascale SABOURAUD* **Sophrologie le lâcher prise**		
17h15-18h30	17h15-19h		17h15-19h	17h15-19h					17h30-19h	
Isabelle GRAPTIN **Hatha Yoga**	**Spectacle de danse Indienne Bharata Natyam**		*Marie DENIS-LUTARD* **Atelier Huiles essentielles en lien avec les points d'acupuncture**	*Groupe CONSTELLATION* **Mantras et instruments sonores méditatifs**					*Roxane MEGER* **Vinyasa**	
19h00-21h00	*Diner au self*		11h15-12h45							
21h-22h30	21h-22h30								21h-22h30	
Léo SORS **Concert méditatif**	*Groupe BLISS* **Kirtan Chants de mantras**								*Patrick FAURE* **Rituel chamanique**	

Festival OM SHANTI

Planning du festival Om Shanti

SAMEDI

HUMANITAIRE Himalaya

SALLE ANANDA joie profonde	SALLE SHANTI paix, calme intérieur	SALLE PRANA énergie vitale	SALLE SAMADHI état de pleine conscience	AUVENT EXTÉRIEUR	SALLE NAMASTE respect et connexion	SALLE SATYA vérité et authenticité	SALLE SUKHA aisance et bien-être	SALLE MOKSHA libération, lâcher-prise	CHAMBON STATION *(extérieur)*	EXTÉRIEUR
6h-7h15	6h-7h15							6h-7h		6h-7h15
Isabelle BERTEAU **Hatha Yoga Flow**	*Annick THÉVENOT* **Hatha Yoga Ouverture du coeur**							*Bélisa ÉVANGELISTA* **Méditation Tantrique**		*Jacques VIGNE* **Marche méditative autour du lac** ***RDV devant l'auvent***
7H00 - 8H30	*Petit Déjeuner au self*									
			8h-9h30	8h-9h30						
8h15-9h30		8h15-9h30			8h15-9h30				8h15-9h30	
Adèle EUDE **Vinyasa**	*Tatiana FIRMIN* **Yoga Iyengar**	*Karine SALMON* **Cours de danse Indienne Bharata Natyam**	*Patrick FAURE* **L'atelier de la présence**	*Isabelle GRAPTIN* **Hatha Yoga Anahatha Chakra Le coeur**	*Noémie BEUCLER* **Yoga du son**	*Warren BARRY* **Atelier de reboutement**	*Sabira TRIFI* **Atelier croyances limitantes et croyances émancipantes**	*Cathy MASSEUS* **Yoga énergétique du son Souffles, sons & ancrage**	*Isabelle BERTEAU* **Hatha Yoga Flow + Laurence LEMAIRE HENNEQUIN Hatha Yoga Danse du dragon**	8h30-9h45 *Stéphanie CONTENT TARDIEU* **Nordic Yoga**
9h45-11h			9h45-11h				9h45-11h	9h45-11h		
Élodie de RIGOULIÈRE **Munz Floor**	*Frédérique BUISSON* **Hatha Yoga**	*Magali BRÉAUD* **DO In**	*Isabelle GRAPTIN* **Anahata Chakra Le coeur**	*Floriane DESPLEBIN* **Hatha Yoga Chakra racine ancrage**	*Christelle BARAULT* **Atelier de Yoga par la voix**	*Warren BARRY* **Atelier d'autohypnose**	*Sabira TRIFI* **Atelier Créer à partir du présent**	*Cathy MASSEUS* **Yoga énergétique du son Chant des voyelles**		
11h15-12h45			11h15-12h45	11h15-12h30		11h15-12h30	11h15-12h45	11h15-12h30		
Bélisa ÉVANGELISTA **Yoga selon Bihar School**	*Emmanuelle CUEFF* **Hatha Yoga Sonore & Mantra**	*Brigitte EUDE* **Constellation familiale**	*Rémi LAJTNER* **Kundalini Yoga**	*Adèle EUDE* **Ashtanga**	*Pauline PELISSIER* **Nourrir son être selon l'Ayurveda**	*Caroline HOLODENKO* **Atelier transcender les égos dans un groupe L'harmonie en collectif**	*Marie DENIS-LUTARD* **Atelier Huiles essentielles en lien avec les points d'acupuncture**	*Jean-François PESENTI* **Atelier de Mindful Eating**		
12h00-14H00	*Déjeuner au self*									
13h45-14h45	13h45-14h45		13h45-14h45		13h45-14h45			13h45-14h45		
Laurence LEMAIRE HENNEQUIN **Hatha Yoga Soulager le dos**	*Nathalie CATINAUD* **Hatha Yoga Le psoas, le muscle de l'âme**	14h-16h30	*Martine PUJOL* **Yoga Nidra Védique**	*Isabelle GRAPTIN* **Hatha Yoga**	*Christelle BARAULT* **Atelier de Yoga par la voix**	*Olivier CHIRON* **Pélerinage de lieux de culte Hindou**	*Pascale SABOURAUD* **Sophrologie le lâcher prise**	*Flora VOURRON* **Méditation & relaxation sonore aux bols Népalais**		
15h-16h15	15h-16h15	*Sandrine ROUBENNE* **Cercle de pardon**	15h-16h15	15h-17h	15h-16h15			15h-16h15		
Nathalie CATINAUD **Hatha Yoga Le psoas, le muscle de l'âme**	*Floriane DESPLEBIN* **Yin Yoga Ouverture des hanches**		*Aurore MOTTE* **Atelier corps Yoga balles**	*Jacques VIGNE* **Conférence "Comment stabiliser la joie intérieure "**	*Stéphanie HIBON MINET* **Cercle de chants intuitifs et guidés**	*Olivier CHIRON* **Conférence Mandalas une vision du monde et du sacré**	*Magali BRÉAUD* **DO In**	*Flora VOURRON* **Méditation & relaxation sonore aux bols Népalais**		
16h30-17h45	16h30-17h45		16h30-17h45		16h30-17h45	16h30-17h45	16h30-18h	16h30-18h		
Marine GOUJAT **Vinyasa**	*Annick THÉVENOT* **Hatha Yoga Eveil de notre axe de vie**	16h45-17h45 *Karine SALMON* **Initiation de danse Indienne Bharata Natyam**	*Jimmy Guye DUMOULIN* **Tambour et chant**	17h15-19h30 *Emmanuelle CUEFF* **Respire... Danse... Chante... Contemple**	*Stéphanie HIBON MINET* **Cercle de chants intuitifs et guidés**	*Pascale SABOURAUD* **Sophrologie le lâcher prise "la confiance en soi"**	*Martine PUJOL* **Yoga Nidra Védique**	*Aurore MOTTE* **Atelier l'arbre de vie Voyage intérieur en méditation & en couleurs**		17h30-18h45 *Stéphanie CONTENT TARDIEU* **Nordic Yoga**
18h-19h30			18h-19h30		18h-19h15	18h-19h30	18h-19h30	18h-19h15		
Élodie de RIGOULIÈRE **Munz Floor**	*Tatiana FIRMIN* **Yoga Iyengar**	*Brigitte EUDE* **Constellation familiale**	*Jimmy Guye DUMOULIN* **Voyage au Tambour**		*Karine SALMON* **Mudra et mythologie**	*Pauline PELISSIER* **Nourrir son être selon l'Ayurveda**	*Marie DENIS-LUTARD* **Atelier Huiles essentielles en lien avec les points d'acupuncture**	*Jean-François PESENTI* **Atelier de Méditation**		
19h00-21H00	*Diner au self*									
21h-22h30				21h-22h30					21h-22h30	
Léo SORS **Concerts méditatifs**	*Groupe BLISS* **Mantras et chants du monde**			*Groupe CONSTELLATION* **Mantras & Instruments sonores méditatifs**					*Patrick FAURE* **Rituel chamanique**	

Festival OM SHANTI

Planning du festival Om Shanti

DIMANCHE

HUMANITAIRE Himalaya

SALLE ANANDA joie profonde	SALLE SHANTI paix, calme intérieur	SALLE PRANA énergie vitale	SALLE SAMADHI état de pleine conscience	AUVENT EXTÉRIEUR	SALLE NAMASTE respect et connexion	SALLE SATYA vérité et authenticité	SALLE SUKHA aisance et bien-être	SALLE MOKSHA libération, lâcher-prise	CHAMBON STATION *(extérieur)*	EXTÉRIEUR
6h-7h15			6h-7h15					6h-7h		6h-7h15
Jacques VIGNE **Méditation du matin**	*Floriane DESPLEBIN* **Yin Yoga Ouverture des hanches**		*Annick THÉVENOT* **Éveil de notre axe de vie**					*Isabelle BERTEAU* **Pranayama et méditation**		
7H00 - 8H30	*Petit Déjeuner au self*									
8h-9h30	8h-9h30		8h-9h30	8h-9h						
				Roxane MEGER **Vinyasa**	8h15-9h30		8h15-9h30		8h15-9h30	
Tatiana FIRMIN **Yoga Iyengar**	*Élodie de RIGOULIÈRE* **Munz Floor**	*Jimmy Guye DUMOULIN* **Tambour et chant**	*Patrick FAURE* **Atelier L'art de la présence**	9h15-10h15 *Roxane MEGER* **Vinyasa**	*Noémie BEUCLER* **Yoga du son**	*Warren BARRY* **Atelier d'auto-hypnose**	*Sabira TRIFI* **Atelier Créer à partir du présent**	*Cathy MASSEUS* **Bain sonore des 8 directions**	*Isabelle BERTEAU* **Hatha Yoga Flow**	8h30-9h45 *Nicolas ASLANIAN* **Nordic Yoga**
9h45-11h			9h45-11h		9h45-11h		9h45-11h	9h45-11h		9h45-11h
Isabelle GRAPTIN **Anahata Chakra Le coeur**	*Frédérique BUISSON* **Krya Pranayama Salutations au soleil**	*Jimmy Guye DUMOULIN* **Voyage au Tambour**	*Patrick FAURE* **Atelier L'art de la présence**	10h30-12h30 *Jacques VIGNE* **Conférence "Développer l'altruisme par le Karma Yoga"**	*Christelle BARAULT* **Atelier de Yoga par la voix**	*Warren BARRY* **Atelier de reboutement**	*Martine PUJOL* **Yoga Nidra Védique**	*Cathy MASSEUS* **Voyage en "Poésie sonore"**		*Aurore MOTTE* **Lignes Souffle Intention. Créer son marque page.** (Réfectoire à l'extérieur sur la terrasse couverte)
11h15-12h45	11h15-12h45	11h15-12h15	11h15-12h45		11h15-12h30	11h15-12h45	11h-12h30	11h15-12h30		
Élodie de RIGOULIÈRE **Munz Floor**	*Emmanuelle CUEFF* **Danse du dragon & Yoga du son**	*Martine PUJOL* **Yoga Nidra Védique**	*Rémi LAJTNER* **Kundalini Yoga**		*Magali BRÉAUD* **DO In**	*Brigitte EUDE* **Constellation familiale**	*Sabira TRIFI* **Atelier croyances limitantes et croyances émancipantes**	*Flora VOURRON* **Voyage sonore aux bols & autres instruments**		
12h00-14H00	*Déjeuner au self*									
13h45-14h45	13h45-14h45	13h45-16h15	13h45-14h45		13h45-14h45	13h45-14h45		13h45-14h45		
Floriane DESPLEBIN **Hatha Yoga Chakra racine ancrage**	*Annick THÉVENOT* **Hatha Yoga Ouverture du coeur**	*Sandrine ROUBENNE* **Cercle de pardon**	*Adèle EUDE* **Yin sonore**	*Isabelle GRAPTIN* **Anahata chakra le coeur**	*Christelle BARAULT* **Atelier de Yoga par la voix**	*Olivier CHIRON* **Pélerinage de lieux de culte Hindou**	*Bélisa ÉVANGELISTA* **Méditation Tantrique**	*Flora VOURRON* **Voyage sonore aux bols & autres instruments**		
15h-16h15	15h-16h15		15h-16h15		15h-16h15			15h-16h15		
Tatiana FIRMIN **Yoga Iyengar**	*Adèle EUDE* **Hatha Yoga**		*Aurore MOTTE* **Atelier corps Yoga balles**	*Isabelle BERTEAU* **Hatha Yoga Flow**	*Stéphanie HIBON MINET* **Cercle de chants intuitifs et guidés**	*Olivier CHIRON* **Conférence Mandalas une vision du monde et du sacré**	*Pascale SABOURAUD* **Sophrologie le lâcher prise "la confiance en soi"**	*Jean-François PESENTI* **Atelier de Mindful Eating**		
16h30-18h	16h30-18h	16h30-18h30	16h30-18h		16h30-18h	16h30-18h		16h30-18h		
Marine GOUJAT **Hatha Yoga**	*Séverine FÉZARD* **Yoga de l'être Adi Vajra Shakti Yoga**	*Brigitte EUDE* **Constellation familiale**	*Bélisa ÉVANGELISTA* **Yoga selon Bihar School**	*Emmanuelle CUEFF* **Bain mantrique Les sons guérisseurs**	*Stéphanie HIBON MINET* **Cercle de chants intuitifs et guidés**	*Caroline HOLODENKO* **Atelier transcender les égos dans un groupe L'harmonie en collectif**	*Pascale SABOURAUD* **Sophrologie le lâcher prise**	*Jean-François PESENTI* **Atelier de Méditation**		16h45-18h *Magali BRÉAUD* **DO In** (Au bord du lac) 17h30-18h45 *Nicolas ASLANIAN* **Nordic Yoga**