



PROGRAMME par Jessica Derbois

VENDREDI 31 JUILLET 2020

*niveau : 1 - accessible à tous
2 - intermédiaire et confirmé

HORAIRES	CHAPITEAU "MOUVANCE"	ALTIFORME	CHAPITEAU "RESONANCE"	AUTRES ESPACES
12h_ 12h45	<i>Puja d'ouverture (Bénédiction du Festival)</i> <i>Isabelle & Sunil</i>			
13h00	Atelier Ressenti de l'Energie (*1) 1h30 - Géraldine Lethenet	ATELIER B.A.B.A de l'Ashtanga & YIN (*1) 2h30 - Cécile Roubaud		
16h00	B.A.B.A du HathaYoga (*1) 1h30 - Nadia Stragliati	ATELIER CHANTS DIPHONIQUES 1h30 - Martin Dubois	ATELIER WARRIOR FLOW 3h - Duncan Wong	
18h30	ATELIER 2h - YogaTranceDance (*1) Cécile & DJ Nadia	LUNAR REBALANCING (*1) 1h - Charlotte Saint-Jean		
19h45			PERCUSSIONS DOUCES 1h30 - Martin Dubois	

AVORIAZ YOGA FESTIVAL 2020
"Immersion dans la Mouvance et la Résonance"



PROGRAMME par Jessica Derbois

SAMEDI 1er AOUT 2020

*niveau : 1 - accessible à tous
2 - intermédiaire et confirmé

HORAIRES	CHAPITEAU "MOUVANCE"	ALTIFORME	CHAPITEAU "RESONANCE"	AUTRES ESPACES
7h45		MEDITATION & Pranayama (*1) 45mn - Isabelle & Sunil		YOGA RANDO - 3H Géraldine Lethenet EXTERIEUR <i>(en cas de mauvais temps, Atelier Femmes "Révéler sa Shakti" à l'espace PetitsLoups)</i>
9h00	ATELIER (*1) Eléments, Energies, et Chakras 2h - Charlotte Saint-Jean	B.A.B.A du HathaYoga (*1) 1h30 - Nadia Stragliati	VINYASA LOW TEMPO (*1) 1h30 - Mika De Brito	AQUAYOGA (*1) 1h - Claire Doulet Espace PISCINE
11h30	DETOX FLOW 1h30 - Duncan Wong	COURS DE CHANTS MANTRAS 1h - Isabelle & Sunil	ACRO YOGA (*1) 2h - Julien Levy	YOGA Public Sensible et Séniors 1h - Flora Richard (*1) Espace PETITS-LOUPS
14h30	VINYASA HIGH TEMPO (*2) 1h30 - Mika De Brito	REFLEXOLOGIE & YOGA (*1) 1h30 - Claire Doulet	HEALING SIESTA MUSICAL 1h - Martin Dubois	Atelier YOGA FAMILLE Enfants et Parents 1h30 - Nadine Bonk Espace PETITS-LOUPS
17h00	THAI FLOW 1h30 - Duncan Wong	YIN POETIQUE (*1) 1h30 - Géraldine Lethenet	ATELIER CHANTS MANTRAS (*1) 1h - J.Levy & C.Saint Jean	
19h15	CONCERT Organic Healing Trance 1h30 - Martin Dubois			

AVORIAZ YOGA FESTIVAL 2020

"Immersion dans la Mouvance et la Résonance"



PROGRAMME *par Jessica Derbois*

DIMANCHE 2 AOUT 2020

*niveau : 1 - accessible à tous
2 - intermédiaire et confirmé

HORAIRES	CHAPITEAU "MOUVANCE"	ALTIFORME	CHAPITEAU "RESONANCE"	AUTRES ESPACES
7h15		Méditation & Cours Pranayama (*1) 1h15 - Isabelle & Sunil		
9h00	VINYASA HIGH TEMPO (*2) 1h30 - Mika De Brito	Atelier RESET & WAKE UP 1h30 - Nadine Bonk	THAI MASSAGE & YOGA (*1) 2h - Julien Levy	AQUAYOGA (*1) 1h - Claire Doulet Espace PISCINE
11h30	DANSE DU DRAGON (*2) 1h30 - Nadia Stragliati	APPEL DU GUERRIER (*1) 1h30 - Charlotte Saint-Jean	SLOW FLOW (*1) 1h30 - Duncan Wong	YOGA Public Sensible et Séniors 1h - Flora Richard (*1) Espace PETITS-LOUPS
14h00	YOGA DES 5 ELEMENTS 1h30 - Géraldine Lethenet	KIRTAN (chants de Mantras) 1h30 - Isabelle & Sunil	VINYASA - Spécial Dos (*1) 1h30 - Julien Levy	Atelier YOGA FAMILLE Enfants et Parents 1h30 - Nadine Bonk Espace PETITS-LOUPS
16h00	ATELIER "De l'Aura à l'Essence" 2h30 - VOYAGE CHAMANIQUE Florence Legouge & Nadia Stragliati			
16h30		YIN & MUSIQUE LIVE (*1) 1h30 - Isabelle & Sunil	ATELIER FEMMES (*1) Les Piliers de la Féminité 2h - Charlotte Saint-Jean	
18h45_ 19h15	Puja de Fermeture (Bénédiction) Isabelle & Sunil			

AVORIAZ YOGA FESTIVAL 2020
"Immersion dans la Mouvance et la Résonance"



LOGEMENTS

Individuel	JESS		1
Individuel	MIKA		1
Individuel	DUNCAN		1
Individuel	CHARLOTTE		1
Individuel	GERALDINE		1
Individuel	Isabelle & Sunil		1
Double	NADIA	Flora Richard	1
Double	FLORENCE	NADINE	1
Double	JULIEN	MARTIN	1
?	CLAIRE	?	?
			9

AVORIAZ YOGA FESTIVAL 2020
"Immersion dans la Mouvance et la Résonance"