



JOURNEE MONDIALE DU YOGA à OURCHES

SAMEDI 18 JUIN 2022



INTERVENANTS

Amandine CAZAU Hatha yoga

Maddy CLARKE yoga Iyengar

Arnaud DIDIERJEAN yoga du son et chant Dhrupad

Evelyne DUVARRY yoga du son

Dorothee LEVEL yoga du rire

Brigitte VAUTRIN méditation Heartfulness

— 0 —

Informations

Tenue adaptée conseillée et si possible venir avec un tapis de yoga

En cas de mauvais temps les cours de yoga postural se tiendront à la salle de la mairie d'Ourches

Possibilité de restauration sur place à midi

Plat unique Dal Bat à 12€

Ou pique-nique possible dans le parc

Boissons en vente sur place

brigitte.vautrin10@gmail.com

0675068517

Le yoga dans tous ses états au Domaine des Chabriers

26120 Ourches

Samedi 18 juin 2022

De 10h à 21h

PROGRAMME

Contribution libre et en conscience

9h30 à 10h : accueil café/thé

10h00 à 11h30 : ateliers au choix : yoga Iyengar --
yoga Heartfulness – Hatha yoga

12h00 à 14h : pause repas

14h30 à 15h30 : ateliers au choix : Yoga du rire -
yoga du son – yoga Heartfulness –

16h00 à 17h30 : ateliers au choix : yoga du rire –
yoga du son – yoga Heartfulness –

18h00 à 19h00 : pause

**19h00 à 20h30 : concert de chant Dhrupad
Avec Arnaud Didierjean**

(12€)

**Toute la journée confection d'un mandala géant avec des
objets naturels**

[contact : 0675068517 / brigitte.vautrin10@gmail.com](mailto:brigitte.vautrin10@gmail.com)