

Les sites du festival

Salle Marie de Beaucaire

Promenade de la Vie
St Gilles Croix de Vie



Le Belvédère de la Grande Plage

48 Avenue Notre Dame
St Gilles Croix de Vie

Le Vent du Large

16/18 Avenue Notre Dame
St Gilles Croix de Vie

FOOD TRUCK/BOISSONS - ESPACE TATOUAGES - MARCHÉ D'EXPOSANTS
Extérieur salle Marie de Beaucaire

ACCUEIL ET ESPACE MASSAGE
Vent du large

MASSAGES, TATOUAGES ET BAINS DE GLACE en supplément du pass



FESTIVAL

La Vague Yoga

UNIQUE FESTIVAL DE YOGA EN VENDÉE

SAINT GILLES CROIX DE VIE | 14.15.16
JUN 2024

LE Programme

	Salle Marie de Beaucaire	Terrasse Vent du Large	Belvédère	Autre : rdv Vent du Large ou précisé
Vendredi 14 Juin				
Accueil au Vent du Large				
15h00				
16h30-17h30	Conférence sur la nutrition Suzanne	Yin yoga & pranayama Maud	Danse du Dragon Aurélie	
18h00 - 19h00			Chandra Namaskar Salutation à la lune (hatha - tous niveaux) Natacha	
20h00-20h30	Cercle d'ouverture Kirtans			
20h30-21h30	Bain de Gong - 1h30 Laurence	Hatha Yoga pour un sommeil récupérateur Brigitte	Sunset Yoga Candice	Nordic Yoga® sunset Angélique
Samedi 15 Juin				
8h30-9h30		Vinyasa «Cultiver la gratitude» Natacha	Réveil tout doux avec un yoga adapté à tous Cindy	Yoga nomade Maud Rdv extérieur MDB
10h00-11h00	Yoga les yeux bandés Candice	Ashtanga yoga - proposition courte de la 1ère série Alexa	Yoga du son Pierre-Pascal (salle du bas VDL) - 1h30	Nordic Yoga® Angélique
11h30-12h30	Halta Yoga «Eva Ruchpaul» 1h15 Clément	Danse africaine Marilou	Yin yoga : faire place à la joie Natacha	10h-12h : Bain de glace : découvrez les pouvoirs du froid (en supplément) Rdv extérieur MDB
14h00-15h00	Sieste sonore Laurence & Sandrine	Art-Thérapie Emmanuelle	Vinaysa et yin yoga mobilité du bassin Maud	
15h30-16h30	Hatha - Yoga Développer sa respiration pour tous - Brigitte	Yoga du visage Angélique		
17h00-18h00	Yoga du son 1h30 Pierre-Pascal	Yoga traditionnel doux et accessible à tous 1h15 - Éric		Balade nature : découverte faune et flore de la dune et de l'estran - 1h15 - Marie
20h00-21h00	Ecstatic Dance de Nantes Musique par Jokaan Deka			
Dimanche 16 Juin				
8h30-9h30		Yoga du visage spirothérapie - automassages Angélique	Étirements et réveil du corps Yoga doux Alexa	De la marche consciente vers la marche méditative Brigitte
10h00-11h00	Halta Yoga «Eva Ruchpaul» pour tous - 1h15 Clément	Yoga traditionnel doux Éric		Nordic Yoga® - 1h15 Angélique
11h30-12h30	Yoga les yeux bandés Candice	Art-thérapie Emmanuelle	Hatha Yoga pour stimuler son énergie vitale - pour tous Brigitte	Balade nature : Découverte faune et flore de la dune et de l'estran - 1h15 Marie
14h00-15h00	Power yoga Angélique	Hatha Yoga : Lune Libérez vos émotions avec l'ouverture des hanches Séance douce - Romy	Yoga thérapie Aurélie	
15h30-16h30	Cercle de fermeture	Bon festival et merci d'être venu à notre rencontre !		

