

# PROGRAMME JOURNÉE BIEN-ÊTRE

\* Atelier Collectif

\* Atelier individuel



Enfants

à partir de 12 ans

Pass 20€  
sur place

**Yoga** \* Merci d'apporter vos tapis \*

Hatha yoga

Yoga

Yoga de l'énergie

Yoga du visage

Yoga vinyasa

Yin yoga & Vinyasa

Yoga du rire

KERRY Jewel

COUTURIER Margot

TAO ET BIEN-ÊTRE

M ET CES INSTANTS

PAOLI Laurie

I AM FLO YOGA

PAYRAUD Sandra

journée / séance 30mn

matin / séance 30mn

matin / séance 1h30

journée / séance 30mn

journée

journée

matin / séance à 11h

## Autres pépites à découvrir

Qi Gong

Colorimétrie, reconstruction cils...

Hypnothérapie

Kynésiothérapie, Atelier Balle C+

Lumino-relaxothérapie

Sophrologie

Atelier Fleurs de Bach

Huiles essentielles - chakra

Balade Olfactive

TAO ET BIEN-ETRE

BE CONSEIL EN IMAGE

BERGERY Isabelle

REDON Hélène

BATARD Charlotte

EGLEME Christine

DUPERRON Véronique

MOREAU Céline

PAYRAUD Sandra

matin / séance 1h30

journée / atelier 30mn

journée / atelier 45mn

am / atelier 30mn

journée / séance 45mn

journée / séance 45mn

journée

journée / séance 60mn

am / séance à 15h

Lundi 29 mai 2023 10h-18h

DOMAINE DE LA GARDE

à Bourg en Bresse

LES ÉTINCELLES  
Entre Aïn et Elles