



Journée de Printemps - 19 mars 2023

Matinée		Après-midi	
08.15 - 08.45	Accueil & stands	13.00 - 14.00	Lunch & stands
09.00 - 09.25	Présentation de la journée	16.30 -17.00	Clôture
Session	09.30 - 11.00 * 11.15 - 12.45	Session	14.00 – 16.30
Atelier 1	Comprendre notre époque avec le cœur Huguette Declercq	Atelier 8	Le Yoga, rencontre entre physiologie & sagesse corporelle Madeleine Rommel
Atelier 2	Yoga Nidra, à la rencontre du Soi Catherine Nozeret	Atelier 9	Exploration des Koshas Julie Van Brabant
Atelier 3	Du Hatha Yoga au Yoga de l'Énergie, du plus dense au plus subtil Lavinia Anthony	Atelier 10	Encre et Ancrage Caroline Frémont et Ariane Van Compernelle
Atelier 4	Venez partager un moment unique avec votre enfant lors de l'atelier parent-enfant ! Alicia Vandenoetelaer	Atelier 11	Explorations autour du centre Yoga global, somatique, anatomique & méditatif Mathilde Cegarra
Atelier 5	Un Yoga pour les enfants, parents admis Dominique Vanvyve	Atelier 12	Yoga pour, avec et depuis le cœur Alberto Paganini
Atelier 6	Yoga et chakras : une pratique pour s'aligner Valériane Wimart	Atelier 13	La vision de T.K.V. Desikachar sur la méditation Paul Meirsman
Atelier 7	Pratique traditionnelle, solaire avec mantra accessible à toutes et tous - Viniyoga Christiane François	Atelier 14	Yoga Digestif Daniela Climov