

Journée Mondiale du Yoga

Rendez-vous sur le

Toit de l'ensa*

21 juin 2017 à NANTES

Yoga, Mandala, Concert, Vegan food

* École nationale supérieure d'architecture

www.navayoga.fr

Pratique géante, Méditation, Mysore, Ashtanga, Yin, Hatha Yoga,
Yoga des Yeux, Bain de Gong, Concert, Yoga des Sons,
Performance Mandala, Vegan Food...

Programme

Le 21 Juin, de 5h30 à 22h00

sur le toit de l'école nationale supérieure d'architecture

Soutenez-nous !

Tarif libre sur donation : 5 euros minimum par séance/atelier/concert
Réservation obligatoire en ligne : www.navayoga.fr Concert gratuit pour les enfants

Ouvert à tous – Tous niveaux

Plus de 20 enseignants de yoga et artistes nantais sont réunis
pour vous accompagner durant les ateliers. *Détails et infos pratiques sur www.navayoga.fr*

Morning Miracle

5H30-7H00 Yogi Sunrise

Pratique de Yoga autonome
et Méditation au Lever du Soleil

7H00-8H30 Morning Ashtanga Yoga

9H00-10H30 Morning Yin Yoga

11H00-12H30 Morning Hatha Yoga

Chaque séance accueille 150 participants

Magic Evening

17H00-17H45 : Yoga des Yeux

50 participants

18H00-18H45 : Bain de Gong XXL

200 participants

19H15-21H00

Pratique de Yoga géante
& Concert Live de Musique Indienne

600 participants

Fantastic Mandala

7H00-21H00 Réalisation d'une
œuvre géante participative

Ateliers successifs enfants/adultes

100 participants

Vegan Food*

By Ruffault Traiteur

Petit-déjeuner / Déjeuner / Dîner
végétaliens à emporter et Bar à Tisanes

*préparation sans produit animal