

# 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](http://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](http://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](http://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