

## **PROGRAMME DES ATELIERS : D4**

### **DE 10H A 10H30**

- Do-in (yoga japonais) par Marie Bénédicte « les mains Karuna ».

### **DE 10H40 A 11H55**

- Corps et voix par Pascale Branchu-Sinan (participation à prix libre pour cet atelier).

### **DE 12H00 A 13H00**

- Yoga du rire par Virginie Pinel (7€ de participation par personne reversé à l'association organisatrice).

### **DE 13H30 A 14H30**

- Prendre soin de soi grâce à l'autohypnose par Coralie Martin.

### **DE 16H30 A 17H15**

- Yoga adapté débutant avec Katerine Lacombe.