



**CONFERENCES ET ATELIERS AUTOUR DU BIEN ETRE  
DU 4 AU 10 OCTOBRE A VILLEVIEILLE**

**Dimanche 4 octobre**

**20h15 : Méditation guidée pleine conscience avec Veronica**

**Lundi 5 octobre**

**7h Yoga pour Vata avec Corinne**

**17h30 Atelier de cuisine ayurvédique**

**20h15 : Bases de l'Ayurveda avec Virginie**

**Mardi 6 octobre**

**11h : Atelier cuisine ayurvédique**

**17h30 : Satsang autour de la Bhagavad Gita avec Christian**

**20h15 : Atelier pratique de relaxologie, gestion du stress avec Claire**

**Mercredi 7 octobre**

**7h Yoga Nidra avec Corinne**

**17h30 : Méthode Aviva, connexion avec son bassin, avec Angélique**

**20h15 : Méditation guidée avec Véronica**

**Jeudi 8 octobre**

**11h : Atelier cuisine ayurvédique**

**17h30 : Satsang « la recherche de soi » avec André**

**20h15 : Conférence sur l'astrologie védique avec François**

**Vendredi 9 octobre**

**11h Atelier cuisine ayurvédique**

**17h30 : Atelier auto massage avec Marie**

**20h15 : Yoga Nidra avec Aurélie**

**Participation demandée pour chaque atelier et conférence**

**(Prix en conscience entre 10 et 20 euros)**

**Inscription obligatoire car le nombre de place est limité**

**Informations et inscriptions :**

**VIRGINIE 0615031752**