

# Journée Mondiale du Yoga

Rendez-vous sur le

Toit de l'ensa\*

21 juin 2018 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 Enfants, Yoga Nidra, Soins sonores, Concert,  
Performance et tatouage Mandala, Vegan Food...

## Programme

Le 21 Juin, de 5h30 à 22h00

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

### Rejoignez-nous !

Tarif unique : 6 euros par séance/atelier/concert – PASS Journée : 39 euros  
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 Ashtanga Yoga

9H00-10H30 Yin Yoga

11H00-12H30 Hatha Yoga tradition Iyengar

Chaque séance accueille 150 participants

#### Magic Evening

17H45-19H00 : Yoga Enfants (6-12 ans)  
50 participants

18H00-19H00 : Yoga Nidra &  
Bain Sonore XXL 150 participants

19H30-21H30  
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