

FAITES-VOUS PLAISIR !

"MON CORPS, CE TEMPLE"



FESTIVAL DE
L'ÉVEIL DU FÉMININ
NANTES

SAMEDI 11 JUIN 2016

ATELIERS AU CHOIX SANS INSCRIPTION

9h30 > 10h	Lancement de la journée toutes réunies - BRESILLAC -					
10h > 11h15	Yin Yoga A la découverte de mes corps Cécile Héault - MIMOSA -	Exploration créative Mon corps prend la plume ! Myriam Gravouille - NARCISSE -	Méditation Entrez dans le temple de votre corps Sophie Ranger - ROSIER -	Tai-chi Percevoir notre énergie Odile Sorin - LILAS -	Chant vibratoire Vibrer d'amour inconditionnel Amélie Brunet - ANÉMONE -	-
11h30 > 12h30	Conférence de Ginette Forget « La présence en soi » - BRESILLAC -					
12h30	Pause-déjeuner, détente, échanges, massages...					
14h30 > 15h45	Rythmes féminins Au coeur de la terre des Femmes germent des graines d'Hommes Yveline Héront-Baubau - MIMOSA -	Exploration créative Mon corps, ma demeure Claire Colin - NARCISSE -	Méditation Médi-détente à la rencontre de soi-même Françoise Janin - ROSIER -	Danse créative Bouge ton corps de déesse ! Virginie Rastello - LILAS -	Auto-massages Comment vous booster par vous-mêmes ! Marine Poux - ANÉMONE -	Tente rouge Espace d'échange et d'expression Hélène Porcher
16h > 17h15	Exploration créative Mémé ou m'aimer ? un voyage vers l'amour de soi Sabah El Hihi - MIMOSA -	Sexologie Dessinez votre orgasme ! Sophie Guérin - NARCISSE -	Contes de femmes Le jardin des Elles Sylvie de Berg - ROSIER -	Danse créative Biodanza : prendre soin de soi Caroline Doublet - LILAS -	Chant vibratoire Émergence de la voix Hélène Panchout-Mahé - ANÉMONE -	- TENTE DANS LE PARC -

LE DIMANCHE 12 JUIN 2016

9h30 > 10h	Lancement de la journée toutes réunies - BRESILLAC -					
10h > 11h15	Yin Yoga A la découverte de mes corps Cécile Héault - MIMOSA -	Exploration créative Mon corps, ma demeure Claire Colin - NARCISSE -	Méditation Entrez dans le temple de votre corps Sophie Ranger - ROSIER -	Rythmes féminins Au coeur de la terre des Femmes germent.. Yveline Héront-Baubau - LILAS -	Auto-massages Comment vous booster par vous-mêmes ! Marine Poux - ANÉMONE -	-
11h30 > 12h30	Conférence de Sophie Guérin « Mon corps, mon sexe, ma joie » - BRESILLAC -					
12h30	Pause-déjeuner, détente, échanges, massages...					
14h30 > 15h45	Exploration créative Mémé ou m'aimer ? un voyage vers l'amour de soi Sabah El Hihi - MIMOSA -	Exploration créative Mon corps prend la plume ! Myriam Gravouille - NARCISSE -	Méditation Médi-détente à la rencontre de soi-même Françoise Janin - ROSIER -	Danse créative Biodanza : prendre soin de soi Caroline Doublet - LILAS -	Chant vibratoire Émergence de la voix Hélène Panchout-Mahé - ANÉMONE -	Tente rouge Espace d'échange et d'expression Hélène Porcher
16h > 17h	Tai-chi Trouver son centre : le Tantien Odile Sorin - MIMOSA -	Sexologie Donner et recevoir dans la sexualité Sophie Guérin - NARCISSE -	Eveil poétique Notre corps de merveille Sylvie de Berg - ROSIER -	Danse créative Bouge ton corps de déesse ! Virginie Rastello - LILAS -	Chant vibratoire Vibrer d'amour inconditionnel Amélie Brunet - ANÉMONE -	- TENTE DANS LE PARC -
17h > 17h30	Pause-goûter, détente, échanges...					
17h30 > 18h30	Spectacle de Hélène Panchout-Mahé « Un sens à nos sens » & Danse collective de clôture du Festival animée par Caroline Doublet					