

BLISS

FESTIVAL DE YOGA

& PRATIQUES DOUCES

DARWIN CASERNE NIEL | 08 > 10 NOV 2019



Be - Love - Inspire - Smile - Share

08 > 10 novembre 2019 - Darwin Caserne Niel - Bordeaux

VOUS AVEZ DIT BLISS ?

Le yoga connaît un véritable engouement en France depuis ces dernières années et la Nouvelle Aquitaine se devait d'avoir un festival à la dimension de son territoire. Le BLISS festival, événement incontournable dédié au yoga et pratiques douces, revient à Bordeaux du 8 au 10 novembre 2019.

Événement grand public à partager autour du yoga, du mieux-vivre et de la musique, le concept du Bliss Festival a été lancé en 2014 par Charlotte Saint Jean et Mika de Brito, tous deux professeurs reconnus de yoga, et Sidonie Siliart de l'agence « Tout ça pour ça ». Le mot « Bliss » signifie en anglais « béatitude, exaltation, bonheur », tout comme il est l'acronyme pour Be, Love, Inspire, Smile et Share (Être, Aimer, Inspirer, Sourire, Partager). Un vaste programme !

Innové en 2018 par l'association Bellibulle avec une nouvelle formule, le festival a rencontré un large succès auprès du grand public et des plus avertis. Le Bliss souhaite désormais s'ancrer pleinement sur son territoire de Nouvelle Aquitaine avec un festival de yoga qui reflète le dynamisme, la richesse et la qualité des acteurs régionaux, avec un programme co-construit, le tout dans une démarche éco-solidaire.

Cette nouvelle formule a rencontré un beau succès avec près de **450 pratiquants et près de 3000 personnes pour sa 5ème édition**, avec des cours accessibles à tous, tant sur les tarifs que sur le niveau des pratiques.



LA « BONNE FÉE » CHARLOTTE SAINT JEAN SE PENCHA SUR LE BLISS...

La créatrice, et désormais marraine du festival, est la lumineuse Charlotte Saint Jean qui n'a cessé de rayonner, avec une énergie contagieuse, dans l'univers du yoga en France depuis plus de 15 ans. Professeure de yoga reconnue, elle a créé le premier site français de yoga en ligne avec "yoga chez moi". Elle est également la créatrice et organisatrice du Festival de yoga Val d'Isère et du Women Spirit Festival à Paris avec Elodie Garamont des studios Tigre Yoga & Spa.

En 2017, elle fonde son école de formation au Vinyasa yoga ShivaShakti® (certifications 200h et 300h reconnues par Yoga Alliance) pour transmettre sa méthode qui puise dans un flow ultra féminin et organique basé sur ses fondements en Hatha, Ashtanga et Prana Flow avec des touches de Para yoga, Yin et Anusara.

Elle a aussi été coach Yoga sur France 2 dans l'émission "C'est au Programme" avec Sophie Davant et collabore régulièrement avec le magazine "Yoga Journal" et la presse yoga spécialisée. En 2018, elle a édité son premier livre "Yoga - Rayonner sa puissance au féminin" aux éditions Eyrolle.

Pour cette 6ème édition, Charlotte Saint Jean, nous fait l'honneur d'animer plusieurs master-class et cours.

... ET L'ASSOCIATION BELLIBULLE LUI DONNA SON ENVOL

C'est donc avec la bénédiction de sa fée Charlotte Saint Jean, que **l'association Bellibulle - spécialisée dans le mieux-être et l'événementiel à forte valeur ajoutée écologique, alternative et solidaire -, a repris l'organisation du festival en 2018.**

La créatrice de Bellibulle, Laura Lobjoit, ne pouvait concevoir de reprendre ce festival sans y impulser ce qui fait l'ADN de l'association : l'intelligence collective. Depuis sa création en 2008, l'association Bellibulle a participé à de nombreux projets collaboratifs régionaux et locaux (collectifs la Crème, la Place, l'éco-système Darwin...) et organisé des événements engagés autour de la solidarité internationale et de la transition écologique (Solidari'Quais, Quinzaine du commerce équitable, Vide Dressing des Serial shoppeuses...). En 2016, convaincue qu'un changement collectif commence par un changement individuel et qu'avant de mettre en place une écologie au niveau mondial, c'est une écologie personnelle qu'il faut engager, l'association décide de concentrer ses actions autour de « bulles de bien-être » ; cours hebdomadaires, stages et événements autour de la consommation alternative, du mieux-être, du Pilates et du Yoga.

Ainsi, dans cette nouvelle formule lancée en 2018, le festival **BLISS Bordeaux fédère les principaux acteurs du territoire** pour partager ensemble leur passion du yoga, leur plaisir de la transmission. La volonté est que ce festival soit avant tout celui des professionnels du yoga et du mieux-être en Nouvelle-Aquitaine ; un moment de partage, d'échanges et de découvertes !

En tant qu'intervenants, ils sont donc co-acteurs du projet et pas simples consommateurs. Chacun participe à la création du programme, est force de proposition... Ce sont donc plus de 45 professeurs de yoga qui interviennent uniquement sur la base du bénévolat et du volontariat pour vivre et incarner pleinement ce qui est le Bliss : Be - Love - Inspire - Share - Smile.

Laura Lobjoit de l'association Bellibulle, directrice du Bliss Bordeaux & Charlotte Saint Jean, créatrice et marraine du festival



S'y ajoute une équipe de 35 "béné'love" qui sont également au coeur de l'organisation. En effet, le bénévolat est vital pour des événements comme le Bliss qui cherchent à résoudre l'équation difficile d'un festival de qualité, non subventionné, avec une programmation riche et éclectique, des tarifs accessibles pour accueillir un public varié et nombreux.

D'ailleurs, Bellibulle a participé - lors de l'édition 2018 du Bliss - au film [#AgirEnsemble](#) de HelloAsso qui rend hommage aux bénévoles, clubs et associations. C'est également dans ce sens qu'elle choisit de soutenir des associations de solidarité internationale comme "Igbala", ou socio-culturelles et locales comme "Exist" (cf chapitre Bliss Solidaire).

Cette approche globale du Bliss est une manière pour chacun(e) de partager ces valeurs et de saisir cette aventure collective comme un terrain d'expérimentation de l'état de yoga ; une recherche d'équilibre entre donner et recevoir, d'alignement entre pensées, mots et actions.

D'autre part, les engagements de l'événement en matière environnementale sont le résultat d'une réflexion globale ; tri sélectif sur l'ensemble des sites du festival (pour le public aussi bien que pour l'organisation), signalétique en bois à partir de matériaux recyclés (pas de bâche PVC), sacs en papier recyclés, tote bags en coton certifié bio ou Oeko Tex imprimés sans métaux lourds, une offre alimentaire 100% de saison, bio ou raisonnée, approvisionnée en circuit court, des supports papier (affiche, tract) dont la quantité est limitée au plus juste, des prestataires sélectionnés pour leur proximité géographique et leurs engagements en matière écologique, etc.

Un autre aspect de cette nouvelle formule a également été de changer la date du festival ; d'un rendez-vous estival en juin dans un calendrier déjà trop chargé en festivals et festivités, le Bliss s'est posé à l'automne, au mois de novembre, dans ce moment de respiration et de transition des changements de saison propices au retour à soi. Un choix de date qui permet également aux intervenants de bénéficier d'une belle visibilité avec la forte fréquentation du festival, pour rester dans la dynamique de lancement des cours de la rentrée en favorisant les nouvelles inscriptions.



3 JOURS de yoga & pratiques douces, mais aussi ...

L'édition 2019 s'enrichit d'une journée supplémentaire, du vendredi 8/11 au dimanche 10/11, pour encore plus de yoga et de nouveautés. Un programme - en cours d'élaboration - riche et varié :

50 COURS DE YOGA avec tous les styles (hatha, vinyasa, ashtanga, acro-yoga, bikram, kundalini, yin nidra, danse du dragon, yoga danse, yoga du son, tantra, nordic yoga@...)

& PRATIQUES DOUCES : méditation de pleine conscience, Pilates, cercle de femmes et d'hommes, auto-massage du ventre, danse des 4 temps, Wutao®, bains sonores...

9 ATELIERS de 2h30 pour voyager au cœur d'un univers ou approfondir une pratique

1 MARCHÉ DE 45 EXPOSANTS (vêtements et accessoires de yoga, bijoux, alimentation, livres... mais aussi des studios, associations et écoles)

15 YOGABLABLA pour échanger autour de différents thèmes (Quel yoga pour moi ? Devenir prof de yoga ? Vers une spiritualité moderne ?)

UN ESPACE DÉTENTE & BIEN-ÊTRE : massages ayurvédique, massage coréen, réflexologie... ainsi que des consultations individuelles sur rendez-vous (reiki, yoga thérapie...)

UN ESPACE ENFANTS pour venir en famille ou profiter d'un cours pendant que les enfants s'amuse : kids yoga, ateliers créatifs, massage parents / enfants...

DES FOOD TRUCK & SNACKS sains et gourmands pour nourrir son corps après avoir nourrit son esprit.



Et encore plus de musique live !

Le yoga - qui signifie en sanskrit « joug, union » - a pour objectif l'union du corps et de l'esprit avec comme trait d'union la respiration. Et pour y parvenir, quoi de mieux comme vecteur que la vibration du son ? Cette 6ème édition fait la part belle à la musique avec de la musique live, des chants, des bains sonores et... **nouveauté 2019**, un concert le samedi soir !

- **Concert & ecstatic dance** avec Vali musique - samedi 18h
- **Yoga dance flow** (bols et gongs) - vendredi 16h30
- **Bain sonore** (bols tibétains, handpan, gong) - samedi 15h
- Karma Yoga dynamique et **set live par DJ Muchas Mathias** - samedi 16h30
- **Méditation sonore** (bols tibétains) - dimanche 16h30
- **Kirtan & mantras du monde** (instruments traditionnels et chant) - dimanche 18h
- Clôture avec le chœur des **Gardiennes de la Terre** - dimanche 19h30



LA SCÈNE YOGA de Nouvelle-Aquitaine en co-création

Le programme au jour le jour (en cours co-construction...)

Dans cet esprit d'intelligence collective, Bellibulle a fait appel aux acteurs incontournables du yoga en Nouvelle-Aquitaine pour cette 6ème édition ; 45 professionnels du yoga et du bien-être sont parties prenantes du projet.

Tel un comité artistique, Laura Lobjoit - qui organise le festival - s'entoure de cette « Dream Team » pour co-construire le programme dès le mois d'avril. L'équipe est garante d'une programmation ambitieuse et diversifiée, reflétant la qualité de la scène yogi en Nouvelle-Aquitaine.

Car l'idée est bien là, **créer une communauté autour du Bliss** qui s'étoffe au fil des éditions, créant des racines profondément ancrées de part le lien du festival avec son territoire, mais aussi de part les liens créés entre les co-créateurs du Bliss, au-delà de l'espace-temps de ces 3 jours.

VENREDI 8 NOVEMBRE

15h Mindfulness, méditation de pleine conscience / Emmanuelle Roques / La Guinguette
Expérimentez la pleine conscience, cette attitude d'attention, de présence et de conscience vigilante, qui peut être interne (sensations, pensées, émotions, actions, motivations,) ou externe (au monde environnant, bruits, objets, événements).

Smart Bodies® : Yoga, Pilates & danse / Alicia Scoup Perez / La Manufacture
Mélange de 4 disciplines (Yoga, Pilates, danse classique, danse moderne), le Smart Bodies® est un cours dynamique, très riche et complet, dont vous sortirez avec la sensation d'avoir travaillé votre corps mais aussi de l'avoir relaxé. Le Smart Bodies® vous apportera une sensation de bien-être en structurant votre musculature.

Cercle rituel d'automne / Caroline Moulin / Les Chantiers de la Garonne **Bliss solidaire******
Cercle rituel pour accueillir l'énergie automnale. Se relier à la cyclicité du vivant nous permet d'agir plus en conscience et en harmonie avec notre être profond.

16h Yoga au féminin : au cœur de notre ventre / Margaux Raimbourg / Le Bivouac
Prendre conscience de notre ventre de femme, afin de mieux habiter et nourrir notre centre (hara et chakra sacré) et vivre l'alignement (entre ciel et terre). Une invitation à se reconnecter à notre féminin sacré et à le faire danser avec notre être en entier.

16h30 Yoga Warrior / Mary Simesak / La Manufacture
Cours de Yoga dynamique et intense guidé par une respiration profonde. Une méditation en mouvement qui ancre dans l'instant présent, raffermi, assouplit et améliore la posture.

Yoga dance flow / Audrey Martin, Flora Vourron / La Guinguette **musique live******
La rencontre du yoga, de la danse et des bols tibétains pour une pratique énergétique douce, sollicitante et gracieuse, rythmée par le souffle. Découvrez le plaisir du corps en mouvement accompagné par la vibration de la musique live.

Atelier : Astres et yoga© / Catherine Saurat Pavard / Les Chantiers de la Garonne
Une façon de vivre en conscience le chemin initiatique tracé pour nous par l'Univers en apprenant des postures, exercices, respirations et méditations directement liés à leurs influences.



16h30 Nordic yoga© / Thomas Faillat / Le Vortex

La rencontre de l'Ashtanga yoga et de la marche nordique ; deux joyaux du sport santé qui s'associent pour créer le Nordic Yoga©. C'est à la fois une nouvelle manière de se déplacer avec les bâtons, la respiration synchronisée avec nos pas, et les postures sont facilitées, aériennes, grâce à l'utilisation des bâtons.

17h30 Cercle d'hommes / Amine Felk / Le Bivouac

Un cercle de parole bienveillant, basé sur une écoute holistique, du corps et de l'esprit, pour aider les hommes à retrouver et garder contact avec ce qui leur est cher et essentiel.

18h BLISS Vinyasa / Charlotte Saint Jean / La Manufacture ** Bliss solidaire**

Be Love Inspire Smile & Share : le leitmotiv de ce festival et le thème de cette séance fluide d'ouverture de l'édition 2019. Découvrez le flow si propre à Charlotte, emprunt de force et de douceur, en connexion avec les éléments, l'Univers, le corps, le souffle et la musique.

Street meditation / Emmanuelle Roques ** gratuit **

Un « sitting » méditatif au cœur de Darwin, exercice idéal pour mettre en pratique l'état de présence à soi et de calme intérieur dans un environnement qui peut sembler à priori peu favorable.

Une pratique pour recharger les batteries ou vous donner de l'énergie, selon ce dont vous avez besoin.

Yin Yoga & Nidra, l'art du lâcher-prise / Tiphaine Lerichomme / La Guinguette

Un moment pour aller à la rencontre de l'intime à l'universel par le biais d'étirement profond. Trouver l'endroit juste, rester immobile et dans la durée pour une exploration progressive et délicieuse.

19h30 Cercle d'ouverture par Charlotte Saint Jean

Un moment partagé entre le public et tous les co-créateurs de cette 6ème édition du Bliss, pour ouvrir à l'unisson la parenthèse de ce week-end dédié au yoga.

Les YOGABLABLA / L'Atrium ** gratuits en accès libre **

15h Yoga & cycles lunaires, comment les harmoniser ? / Catherine Saurat Pavard

16h30 Vers une spiritualité moderne ? / Anouk Corolleur

18h Yoga & Ayurvêda / Marie-France Farré & Valérie Pellinghelli

SAMEDI 9 NOVEMBRE

7h Atelier : Sadhana / Catherine Saurat Pavard / Chantiers de la Garonne ** Bliss solidaire**

Une pratique matinale, dans la pure tradition du yoga, pour nourrir son corps et son âme de l'énergie si particulière de l'aube, chère aux maîtres yogis. Sadhana en sanskrit désigne le chemin spirituel, une auto-discipline qui s'exprime dans une pratique quotidienne de yoga.

8h30 Slow flow, mouvements en méditation / Bénédicte Perroz / La Guinguette

Un yoga très doux pratiqué en méditation de pleine conscience, avec des mouvements lents et progressifs, pour ouvrir le corps et la présence à soi.

10h ATELIER : yoga de l'énergie « du dense au subtil » / Anne Roy de Pianelli

/ Chantiers de la Garonne

Dans l'asana (posture de yoga) aussi bien que dans nos gestes les plus simples, prendre conscience des souffles circulant en nous, de leur différentes vibrations. Le travail sur le corps de l'énergie permet d'aller vers la méditation.

ATELIER : Auto-grandissement, redresser son axe / Cyril Moreau / La Guinguette

Comment créer de l'espace, se "détasser", se grandir.... Pour un renforcement de notre axe avec un travail intégrant le périnée, la clef du redressement ! Un atelier à destination de tous les pratiquants de yoga pour améliorer leurs pratiques au quotidien.

Kundalini yoga / Ecole du Tantra / Le Bivouac ** Bliss solidaire**

Kundalini est un terme sanskrit qui désigne une puissante énergie spirituelle lovée dans la base de la colonne vertébrale. Le Yoga Kundalini utilise la respiration, le rythme, les postures dynamiques / statiques, le chant et la méditation dans le but de réveiller cette énergie interne qui repose au plus profond de nous-mêmes.

Yoga intégral / Marion Soulshine yoga / La Manufacture

Un Yoga complet, holistique et intégratif qui travaille sur nos corps physiques, émotionnels et énergétiques avec du pranyama (souffle), des asanas (postures), des mantras et de la relaxation profonde.

11h30 Acro yoga / Jérôme Famechon / La Manufacture ** débutants **

Venez découvrir toutes les bases de l'acroyoga, un mélange de 3 disciplines ancestrales : le yoga, le massage et l'acrobatie. Le cours est accessible à tous dans une ambiance chaleureuse pour un plaisir garanti !

Auto-massage du ventre / Tifen / Le Bivouac

L'auto-massage du ventre crée un bien-être immédiat au niveau du cerveau supérieur en stimulant les endorphines (hormones du bien-être). Le massage stimule aussi la sécrétion de l'ocytocine (hormone du bonheur) qui facilite les pensées positives et l'apaisement du système nerveux autonome.

Yoga & Run / Josy Running / Le Vortex

Le yoga apporte la force et l'équilibre, le running fait travailler votre cardio et repousser vos limites, deux disciplines complémentaires qui se marient parfaitement. Nous allons mixer les deux pratiques pour une sessions fun de yoga and run.

Espace kids : Kids yoga / Yoga Sana ** gratuit sur participation libre **

Initiation au yoga postural pour les enfants (4 à 13 ans) pour découvrir le yoga postural tout en s'amusant.

13h Yoga danse / Elise Alexeline / La Manufacture

L'union de la danse et du yoga, en musique, pour libérer les endorphines en s'amusant tout en respectant ses alignements. Ce cours d'une heure et demi se compose d'un échauffement conçu à partir des grandes postures de yoga et de l'apprentissage d'une chorégraphie.

13h30 Zen Stretching© et rééquilibrage énergétique / Carole Micoulas / Le Bivouac

Trouver son équilibre énergétique et émotionnel par le mouvement. Mélange de yoga et de Qi gong, cette technique est basée sur les principes de la médecine chinoise et permet d'évaluer et de rééquilibrer son énergie vitale par des exercices spécifiques.

ATELIER : Eléments, énergies & chakras / Charlotte Saint Jean

/ Les Chantiers de la Garonne

Comment un paysage, un élément et une énergie peuvent influencer votre façon d'être et d'agir. On influence corps, coeur, esprit et âme via notre quotidien. Via notre pratique de yoga, on peut équilibrer ou encourager certaines aspects de notre être pour vivre plus en harmonie.

Bain sonore énergétique, gong et handpan / Marie Milla, Thierry Auger / La Guinguette

**** Bliss solidaire** **musique live****

Sonothérapeute et professeur de yoga, Marie vous emmène dans un voyage sonore mêlant sciences vibratoires et relaxation, accompagné en tandem par le musicien Thierry Auger. Une détente profonde et un lâcher-prise intense du corps et de l'esprit lors de ce bain sonore combinant la puissance nettoyante et ancrante du didgeridoo et du tambour chamanique, à la douceur harmonisante des bols tibétains et du handpan.

Nordic yoga© / Thomas Faillat / Le Vortex ** en partenariat avec Yoga Magazine **

La rencontre de l'Ashtanga yoga et de la marche nordique ; deux joyaux du sport santé qui s'associent pour créer le Nordic Yoga©. C'est à la fois une nouvelle manière de se déplacer avec les bâtons, la respiration se synchronise aux pas, et une nouvelle façon de pratiquer le yoga avec des postures facilitées, aériennes, grâce à l'utilisation des bâtons.

15h High vibes vinyasa / Anouk Corolleur / La Manufacture ** yogis ayant une pratique **

Une pratique de vinyasa fluide et intense avec pour seul mot d'ordre: l'authenticité. Pour tous les yogis qui aiment que la pratique soit libre d'expression personnelle. Variations et postures avancées.



- 15h Tantra yoga danse / Catherine Lakshmi / La Guinguette**
La danse comme moyen de rentrer en contact avec l'instant présent, son corps, ses sensations et ses émotions. Le Tantra yoga danse favorise la libération des tensions pour libérer notre énergie créative.
- Karma® Vinyasa yoga & DJ set / Aurélie Erquiaga / Le Vortex ***musique live*****
Un yoga vinyasa tous niveaux guidé par Aurel et transporté par le set musical éclectique de DJ Muchas Matthias - du mantra au hip hop, du classique à l'électro - pour un event original et vibrant qui se terminera avec les bulles des boissons fermentées Karma Kombucha, dégustation offerte après le cours.
- Espace kids : Atelier mandala nature / Annabelle *** mini 4 ans *****
Un atelier pour éveiller la créativité des enfants autour des inspirations de la nature pour composer ensemble un mandala éphémère
- 16h30 Ashtanga yoga / Flora Brajot / La Manufacture *** yogis ayant une pratique *****
Pratique dynamique synchronisant respiration et postures qui élimine les toxines pour un corps léger et un esprit apaisé. Cours ouvert à tous sauf aux grands débutants.
- Wutao® déployer l'onde primordiale / Marina Audibert / Le Bivouac**
Retrouvez votre âme d'enfant en vous laissant emporter par le plaisir du (re)déploiement de l'onde dans le sol pour fluidifier son corps et son esprit grâce au mouvement. Le Wutao® (Wu pour éveil et Tao la voix) est né du métissage des expériences bio-énergétiques taoïstes et occidentales, des arts martiaux et scéniques.
- ATELIER : Danse du dragon / Melie / Chantiers de la Garonne *** yogis ayant une pratique *****
Le Yin Yoga combine les pratiques indiennes et taoïstes pour favoriser la circulation de l'énergie. La danse du dragon en est le versant Yang et défie l'équilibre, le mental en explorant le lâcher-prise par la méditation en mouvement. Après l'envol, un atterrissage en douceur avec la facette Yin, la méditation dans l'immobilité. Cet atelier sera l'occasion de préparer le corps et les énergies à l'entrée dans l'hiver.
- Espace kids : Kids yoga / Yoga Sana *** gratuit sur participation libre *****
Initiation au yoga postural pour les enfants (4 à 13 ans) pour découvrir le yoga postural tout en s'amusant.
- 17h Cercle de femmes / Julia / La Guinguette *** Bliss solidaire*****
Une introduction aux cercles de Femmes, espace de paroles et d'écoute (hyyyyper) bienveillant, autour d'un rituel pour honorer la déesse présente en chacune #girlpower
- 18h Méditation / Carole Espace Chyrvalide / Le Bivouac**
Une méditation comme espace d'ouverture et d'interaction avec soi, pour une respiration profonde, portée par une poésie intimiste et douce.
- Hatha flow yoga : habiter son corps / Anna Nazarova / Le Bivouac**
*Avoir une relation plus saine et plus douce avec votre corps et vous-même...
 Découvrir de nouvelles dimensions de votre être. Pouvoir enfin vous aimer et vous accueillir tel que vous êtes !*
- 18h Concert & Ecstatic danse Vali Musique / Le Vortex *** musique live ** ** gratuit *****
Il est temps de lâcher son tapis pour se laisser (trans)porter par les vibrations. Une exploration musicale pour libérer le corps et l'esprit menée par le talent de Vali Musique. Un concert gratuit ouvert à tous !
- 19h30 Film « Debout » avec Stéphan Haskell / Chantiers de la Garonne *** participation libre *****
Projection du film suivant d'un échange avec le réalisateur Stéphan Haskell. À quarante ans, Stéphane Haskell est victime d'une maladie fulgurante et se retrouve paralysé. La médecine le condamne au handicap, mais le yoga lui ouvre un chemin de guérison. Des couloirs de la mort aux USA, aux bidonvilles africains, il se lance alors dans un voyage touchant autour du monde, à la rencontre de ceux qui ont renoué avec la vie grâce au yoga. Assise au sol, apportez vos tapis et coussins !

Les YOGABLABLA / L'Atrium * gratuits en entrée libre *****

- 10h Sophrologie & Hypnose ? Des thérapies de reconnexion à soi / Béatrice & Pascale**
- 11h30 Comment le Yoga peut m'aider en cas d'endométriose ? / Melie Gooding**
- 13h30 Yoga Nidra : pourquoi et comment ça marche ? / Amarande Desquibes**
- 15h Yoga et style de vie d'un yoga ? / Stella Smirnow**
- 16h30 Devenir prof de yoga ? Illusions et réalités du métier / Cyril Moreau & Laura Lobjoit**
- 18h D'où je parle quand je parle ? Méditer notre parole et parler en méditant / Amine Felk**

DIMANCHE 10 NOVEMBRE

8h30 Méditation « se préparer à l'hiver » / Anne Roy de Pianelli

/ Chantiers de la Garonne **** Bliss solidaire ****

L'hiver dans la tradition taoïste marque la fin du cycle annuel. Le temps est venu comme pour la terre de se reposer pour amorcer ensuite un cycle neuf. Une invitation à la méditation...

10h Vinyasa solaire / Hélène Mainguet / La Manufacture

Une pratique de yoga dynamique, synchronisant dans la fluidité postures et respiration, pour stimuler notre propre énergie solaire dans laquelle puiser en ce début d'automne où la lumière décroît naturellement.

Une séance de Yoga Vinyasa pour faire irradier votre soleil intérieur grâce à des postures qui engagent le centre (gainage, torsions et équilibre) et une respiration calée sur le mouvement.

Yoga Bikram® / Alain Cadet / Le Bivouac

Le Yoga Bikram, yoga postural et dynamique, est une série de 26 postures et 2 exercices de respiration, pratiquée habituellement dans une salle chauffée à 40°C. Cette séance d'initiation permettra aux participants de découvrir et de pratiquer les 26 postures.

ATELIER Kundalini yoga « Prâna et Apâna le pouvoir du souffle » / Nathalie Goldstein

/ Les Chantiers de la Garonne

Un atelier pour équilibrer et renforcer prâna et apâna (l'énergie vital et l'élimination) et ainsi recréer le flux naturel dans le corps : retrouver la calme, la flexibilité et la santé.

Découverte de l'Ortho-bionomy / Amine Felk / La Guinguette

Un atelier pratique et un peu théorique pour découvrir les principes d'une approche extrêmement respectueuse des lois du vivant. Au travers de notre corps nous explorerons comment être plus juste avec nous-mêmes.

Espace kids : Voyage sonore parents-enfants / Catherine Lakshmi ****mini 4 ans****

Une médiation en musique pour favoriser la détente et la capacité de concentration de nos enfants à l'énergie débordante !

11h30 Wutao® éveiller l'âme du corps et retrouver le sentiment du geste / Marina Audibert

/ La Manufacture

Une initiation au Wutao® pour fluidifier son corps et son esprit grâce au mouvement ondulatoire de la colonne vertébrale, entre terre et ciel, pour éveiller l'âme du corps et voyager dans la danse du souffle.

Le Wutao® (Wu pour éveil et Tao la voix) est né du métissage des expériences bio-énergétiques taoïstes et occidentales, des arts martiaux et scéniques.

Yoga dynamique « sport & yoga » / Aurélie Erquiaga / Le Bivouac

Mettre en avant la complémentarité de la discipline du yoga avec toutes les disciplines sportives. Enrichie par son enseignement auprès de sportifs professionnels de haut niveaux (surfeurs et rugbymen de l'UBB), Aurélie vous proposera une séance de yoga pour allier physique et mental en préparation et récupération d'une pratique sportive.

Qi Gong des organes et sons de la santé / Tifen / La Guinguette

En médecine traditionnelle chinoise, les 5 éléments sont reliés aux 5 organes fondamentaux (cœur, rate, poumons, reins, foie), à leur tour reliés aux émotions (colère, peur, tristesse, etc). Le Qi Gong apporte au corps et aux organes en particulier, une meilleure circulation de l'énergie (Qi) tout en libérant la stagnation et les énergies viciées.

Espace kids : atelier créatif mandala / Audrey Martin ****mini 8 ans****

Feutres, crayons, papier, compas... un atelier pour apprendre à faire son propre mandala et laisser libre cours à sa créativité et son imagination. Le mandala est un merveilleux moyen pour canaliser l'attention de nos chérubins et améliorer leur capacité de concentration !

13h Vinyasa « l'ajustement dans la fluidité » / Cyril Moreau / La Manufacture

Le yoga vinyasa synchronise le mouvement fluide de postures enchaînées avec la respiration. Le souffle est ici un fil conducteur qui aide le mental à lâcher-prise et accompagne la séquence selon la force d'une posture dynamique ou la détente du corps.

13h30 Yin Yang yoga / Agnès Cassonnet / Le Bivouac

Un cours qui va permettre d'équilibrer le côté droit de notre corps : solaire, dynamique, masculin du côté gauche : doux, lunaire et féminin une pratique d'asanas en deux parties l'une tonique et l'autre plus calme. Les tensions se gommant, la respiration devient plus fluide et naturelle, le corps est délié.

13h30 ATELIER : Nourrir les piliers de la féminité / Charlotte Saint Jean

/ Les Chantiers de la Garonne

Un voyage à travers les déesses indiennes et votre "archétype" de femme pour rayonner votre puissance et vivre en harmonie parfaite avec la déesse unique que vous êtes.

ATELIER : Danse des 4 Temps / Julia Zimmerlich, Laura Mayans / La Guinguette

La danse des 4 temps est une exploration du mouvement libre et de ses émotions, qui ne demande aucun pré-requis en danse. Elle s'appuie sur l'énergie des 4 saisons et des 4 éléments : la Terre, le Feu, l'Eau et l'Air. C'est un voyage dansé de reconnexion à soi, à sa créativité, au jeu et aux autres.

15h Acro yoga parents & enfants / Jérôme Famechon / La Manufacture **** enfants 4-12 ans ****

Un yoga acrobatique dans une ambiance chaleureuse pour un plaisir et des rires garantis ! Praticué en binôme, ce cours d'acro-yoga ne nécessite aucune aptitude physique particulière, juste la confiance en son partenaire.

Nordic yoga© la Danse du Guerrier / Thomas Faillat / Le Vortex **** Bliss solidaire ****

La rencontre de l'Ashtanga yoga et de la marche nordique ; la respiration se synchronise aux pas et les postures sont facilitées, presque aériennes, grâce à l'utilisation des bâtons. Découvrez cette pratique nouvelle et originale par son créateur Thomas Faillat dans cette séquence en musique, la Danse du Guerrier.

Hatha & Yin yoga « bassin & émotions » / Anna Nazarova / Le Bivouac

Le bassin est réputé pour être le siège de nos émotions réprimées ou non exprimées. De par sa forme et son emplacement, il sert de réceptacle récoltant les énergies qui n'ont pas été employées ou relâchées. En travaillant l'ouverture des hanches, nous accéderons à cette zone chargée en émotions et énergies stagnantes afin de les libérer, dénouer les nœuds et rééquilibrer le Chakra Racine.

16h30 Pilates, rayonner le mouvement depuis son centre / Laura Lobjoit / La Manufacture

Le Pilates est considéré comme une gym douce mais que l'on ne s'y trompe pas ; il s'agit bien de muscler son corps en profondeur en renforçant ses muscles posturaux. Apprenez à mobiliser ce « power house », votre centre énergétique, pour un meilleur maintien, un dos en pleine forme et un corps fuselé !

Yoga à la lumière de notre sacré féminin / Margaux Raimbourg / Le Bivouac

Se connecter à l'énergie féminine : lunaire, cyclique, intériorisation, lâcher-prise, créativité, énergie de la "gestation" et mise au monde... apprendre à se re-co-naître en contactant le plaisir d'être femme.

Bain sonore bols tibétains, bols de cristal et gong / Flora Vourron

/ La Guinguette ****musique live****

Allongé(e) ou assis(e), expérimentez les bienfaits des sons et vibrations en compagnie d'une trentaine de Bols Tibétains, en Quartz et de Gongs. Flora, sonothérapeute & hypnothérapeute, vous guidera vers un voyage sonore en pleine conscience relaxant (mental, physique, éthérique). Apportez votre tapis, plaid et coussin!



16h30 ATELIER : Chakra yoga, mantras & sound / Marie Milla

/ Chantiers de la Garonne ****musique live****

Une pratique douce d'asanas (Hatha Yoga) pour préparer le corps chakra par chakra à recevoir le bain sonore d'harmonisation énergétique ; une profonde détente et lâcher-prise au son des bols tibétains, tambours chamaniques et autres instruments de Sonothérapie.

18h Viniyoga (lignée de TKV Desikachar) / Elise Meyrou / Le Bivouac

Une pratique méditative par la pratique de sons et d'un mantra autour de postures tous niveaux, accessibles à tous. Si vous avez besoin de détente profonde, d'améliorer votre respiration, de retrouver ou affiner l'écoute de votre corps avec un travail postural doux et dynamisant, alors ce yoga est pour vous !

Strala Yoga / Gloria / La Manufacture ****Bliss solidaire****

C'est un yoga dynamique, moderne et urbain qui se pratique en musique où l'on privilégie la liberté des mouvements ; ici pas de poses parfaites ! Le but n'est pas la réalisation d'une pose ou la recherche d'alignement car on bouge en permanence au rythme de la respiration sur une playlist entraînante et moderne.

Le strala yoga apporte un vrai renforcement musculaire, un travail cardio et un assouplissement.

Kirtan mantras du monde / Catherine Lakshmi / La Guinguette ****musique live****

Chant dévotionnel indien, pratiqué en groupe sous la forme d'un chant à répondre, ou d'un mantra chanté sur une mélodie, le Kirtan est une méditation active. C'est une pratique profondément inspirante, qui calme l'esprit, aide à dénouer les tensions indésirables et à trouver la liberté intérieure.

19h30 Cérémonie de clôture : le chœur des Gardiennes de la Terre

Cette parenthèse du Bliss sera fermée par le chœur des Gardiennes de la Terre, une chorale régionale de plus de 50 femmes qui chantent pour la Terre, la lune et le vivant.

Les YOGABLABLA / L'Atrium ****gratuits en entrée libre****

10h Conscience de soi, connexion corps & esprit ? / Flora Vourron, Emilie Puissant

11h30 C'est quoi le Tantra yoga ? Entre fantasmes et réalités / Ecole du Tantra

13h30 Quel yoga pour moi, comment choisir ? / Catherine Lakshmi, Laura Lobjoit

15h Que sont les Chakras et comment les harmoniser ? / Marie Milla

16h30 Diaph, Périnée et Abdos profonds... ? L'anatomie dans nos pratiques corporelles / Maritchu Mauget-Bilbao

18h Ennéagramme ou comment ma personnalité influence mon attention / Oliver Maury



LE MIEUX-ÊTRE à la portée de tous

Le Bliss, c'est avant tout l'envie de partager avec le plus grand nombre l'univers du yoga et de ses bienfaits, que vous soyez yogini confirmé(e), le tapis toujours en bandoulière, ou totalement novice !

La programmation et les formules ont été soigneusement réfléchies pour répondre à cette **triple ambition de découverte, d'ouverture et d'accessibilité** :

GRATUITS

> **les yogablaba**, conférences décomplexées, font leur retour. L'an passé, les thématiques proposées avaient emballé le public (harmoniser ses chakras, yoga & endométriose, pratiquer chez soi ...). Cette année, les propositions seront tout aussi ambitieuses pour hâter les curieux et stimuler les échanges.

> **le marché** en libre accès : 45 exposants pour échanger et se faire plaisir, des vêtements et accessoires de yoga, bijoux, livres, instruments, mais aussi des associations et studios pour rencontrer les professeurs et trouver sa pratique.

> **l'espace enfants** avec des ateliers créatifs, des cours dédiés et des initiations pour un festival familial. Vos enfants sont gardés* par nos « Béné'Love » attentifs pendant que vous profitez de vos cours !

**dans la limite de 2h consécutives maximum, âge minimum 4 ans*

EN ACCÈS LIBRE

> **l'espace bien-être** pour se détendre à prix festival avec du massage ayurvédique (sur rendez-vous sur place), massage nomade sur chaise, massage coréen, réflexologie, Access Bar®... mais aussi des consultations individuelles à réserver en ligne avec du reiki, de la yoga thérapie, etc.

DES TARIFS SYMPAS

> **Bliss Solidaire** : participation libre de 5€ minimum (sur certains cours spécifiques - 100% des revenus reversés à l'association Igbala)

> **A la carte** : cours à partir de 15€ (1h à 1h30 - tarif dégressif), atelier 30€ (2h30)

> **Pass découverte** : 55€ (inclus 3 cours + 1 atelier + surprises)



LES LIEUX DU BLISS nos yoga shala

L'ÉCOSYSTÈME DARWIN

Le Bliss déroule ses tapis rive droite de Bordeaux à Darwin, partenaire du festival depuis 2018 et qui avait déjà accueilli le festival en 2015 et 2016.

Si la première édition a fleuri dans le jardin botanique, le festival s'épanouit désormais un peu plus loin, au sein de **l'éco-système Darwin**. Cette friche urbaine rénovée, anciennement caserne militaire, est devenue en quelques années un lieu incontournable de Bordeaux, créatif et foisonnant, véritable laboratoire de transitions (économique, écologique, sociétal) qui porte des projets d'envergure comme l'emblématique **Climax festival**, écomobilisation autour de concerts, de conférences, d'un village des assos.

Ainsi, les vastes espaces de Darwin, l'énergie et l'attractivité du lieu, sont un écrin parfait pour un Bliss festival qui gagne au fil des ans un ancrage et une reconnaissance régionales. Grâce à ce partenariat et à l'engagement sans faille de son créateur Philippe Barre, Bliss est accueilli dans des conditions particulièrement favorables en s'appuyant sur des infrastructures et une équipe de professionnels durant les 3 jours du festival :

- > **La Manufacture**, vaste espace de 2000 m² et cœur vibrant du Bliss, avec le point info accueil / billetterie et le village ; un marché de 45 exposants, un espace de pratique de 150m², le coin enfant et des coins salons pour se détendre
- > **Le Bivouac**, espace de pratique de 70 m²
- > **Les Chantiers de la Garonne**, club-house de 200 m² avec vue sur la Garonne qui accueille les ateliers de 2h30
- > **L'Atrium**, où se tiennent les yogablabla, nos conférences décomplexées

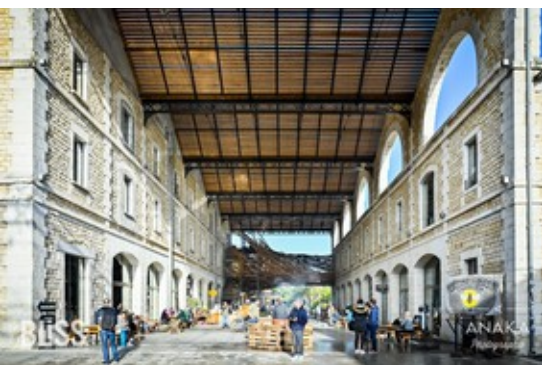
LA GUINGUETTE CHEZ ALRIQ

En 2019 le festival se développe avec ... un lieu de plus !

En bord de Garonne, la Guinguette chez Alriq - ouverte en 1990 - est un lieu historique de Bordeaux pour sa programmation musicale réputée et son ambiance festive et décontractée si typiques. Aujourd'hui, elle participe à l'essor du quartier dans sa dimension culturelle et sociale. Elle accueille un public toujours plus nombreux, offrant une aire de mixité sociale intergénérationnelle, ouverte à tous sans distinctions, un espace familial, convivial et participatif qui vibre au rythme des musiques du monde. Car la musique reste l'âme de la Guinguette. Éclectique, festive, vibratoire ou poétique, la musique invite à un voyage bercé d'émotions et d'espoir.

Les pieds dans l'eau et la tête dans les arbres, la Guinguette chez Alriq pose le festival au cœur de la nature avec :

- > **La grande salle**, espace de 150 m² ouvert sur la nature et dédié aux pratiques douces et méditatives



UN FESTIVAL qui a du cœur

SOLIDARITÉ INTERNATIONALE

Pour mettre en action concrètement son engagement pour un événement grand public accessible à tous, l'association Bellibulle - qui porte le festival - propose dans sa programmation des cours sur donation (minimum 5 euros). Ce sont les intervenants qui choisissent de participer à cette action "Bliss solidaire" sur la proposition de l'organisatrice Laura Lobjoit.

D'une part, cela permet de participer au festival à moindre prix en accédant à des cours de qualité avec des professeurs expérimentés. D'autre part, les frais de participation à ces cours vont directement à l'association de solidarité internationale Igbala.

En effet, 100% des revenus des pratiques "Bliss solidaire" sont reversés à Igbala, association reconnue d'intérêt générale qui œuvre en Afrique pour la protection de l'enfance, l'environnement et divers actions en faveur de l'autonomie économique. Elle a construit le centre d'accueil "la Maison d'Igbala" au Togo en 2009 accueillant 94 enfants qui y sont accompagnés et formés.

En 2018, ce sont **675 euros (soit 5% du budget du festival)** qui ont été récoltés grâce à la générosité des participants. Ces dons ont contribué directement au financement d'une bibliothèque et d'un puit pour la Maison d'Igbala.

SOLIDARITÉ LOCALE

Pour aller plus loin cette année, le festival va également soutenir l'association « Exist », dans le cadre de son partenariat avec la Guinguette chez Alriq et de la mise à disposition du lieu.

L'association Exist a pour objet de produire et diffuser des spectacles vivants pour encourager et soutenir les initiatives artistiques et socio-culturelles sur le territoire, ainsi que des actions de médiation facilitant la rencontre entre acteurs culturels et publics pour lutter contre les préjugés.

C'est également dans cette même logique que le festival reverse au Fonds de dotation de Darwin 5% de la prestation de l'agence Métamorphose, productrice des événements de l'écosystème Darwin et de la caserne Niel.

Répondant à son devoir de responsabilité globale, Darwin a créé dès 2011 un fonds de dotation afin de structurer les missions d'utilité sociales actives sur la Caserne Niel. Il soutient aujourd'hui plus de 20 associations résidentes et une centaine d'événements par an dans les domaines des cultures urbaines, de l'agriculture en ville, de la citoyenneté, de la solidarité ou encore des sports. Face au développement des précarités et à l'afflux de migrants, le Fonds de dotation Darwin a permis depuis 2015 aux associations de solidarité Emmaüs Gironde et Action Froid Gironde d'établir leurs quartiers à la Caserne Niel.

Le Bliss se retrouve totalement dans sa participation à cette forme d'économie circulaire directe, où les biens générés par le festival sont utilisés pour appuyer la vie associative, sociale et culturelle du quartier.



NOS PARTENAIRES une collaboration bienveillante

Bliss c'est avant tout une aventure humaine rendue possible grâce à l'implication et le soutien enthousiaste de nos partenaires :

DARWIN ÉCOSYSTÈME

Darwin est devenu en 10 ans un lieu incontournable de Bordeaux, tiers-lieu hybride dont le projet sociétal, économiquement innovant et écologiquement responsable lui confère un rayonnement international. Cette initiative entrepreneuriale a comme mots d'ordre : la coopération économique, la transition écologique et les alternatives citoyennes.

YOGA CHEZ MOI

1er site français de yoga en ligne avec une équipe qui partage le désir de faire connaître ses passions – yoga, pilates, danse, nourriture & une hygiène de vie saine, musique, bien-être, photographie, nature - à travers des séances filmées, des images, des articles et aussi des cours et retraites. A travers leur métiers de bien-être, tous vivent au quotidien leur passion et cherchent à partager ce qu'ils ressentent et ce qu'ils font sur ce chemin qu'ils ont choisi.

YOGA SEARCHER

"Sur le chemin du bonheur, enveloppe ton corps et ton esprit du plus bel habit." Yoga Searcher, c'est l'accomplissement d'un rêve. C'est la rencontre de plusieurs talents unis autour d'une même passion, le yoga et l'art de vivre qui en découle. Yoga Searcher, c'est aussi un lieu de rencontres et d'échanges, porté par les valeurs du yoga au coeur du Pays Basque à Hossegor. Une ferme emprunte de bonne humeur !

LES BOISSONS KARMA

Le Kombucha est une boisson fermentée à base de thé utilisée depuis plus de 2000 ans. Originaire du Caucase, naturellement pétillante et acidulée, riche en acides organiques, le Kombucha est connu pour ses vertus détoxifiantes et stimulantes, mais surtout pour son goût frais si désaltérant. Les boissons Karma Kombucha sont des thés fermentés fabriqués en Bretagne. Vivante, jamais pasteurisée, Karma Kombucha est une boisson vivifiante 100 % bio.

LA TV DE LILOU

Lilou Macé, auteure et vidéo blogueuse influente est à l'origine de nombreux reportages et blogs vidéo, livres, sites Internet et témoignages. C'est après avoir rencontré Oprah Winfrey, en novembre 2006, à Chicago, que Lilou passe de vidéo blogueuse à intervieweuse. Depuis mars 2006, sa webTV La Télé de Lilou est devenue une référence internationale sur Internet, avec des millions de vidéos vues.

LA GUINGUETTE CHEZ ALRIQ

Un lieu populaire et festif incontournable de Bordeaux, niché sur la rive droite les pieds dans la Garonne, reconnu pour sa programmation musicale éclectique et pointue autour de rencontres culturelles avec des artistes locaux ou de contrées lointaines. On y mange, on y danse, on s'y émerveille et on y revient...

LES HAPPYCURIENNES

Développée par Carole M., éco-cosmétologue, Les Happpycuriennes est la 1ère ligne holistique de soins et sérums bio & vegan formulés à froid avec des plantes choyées au coeur des terroirs du Sud-Ouest. Cette joyeuse marque propose de vivre au rythme du slow bonheur avec un rituel de

beauté minimaliste et complice avec la peau. Les Happycuriennes prône une beauté positive et bienveillante, éloignée des diktats de la beauté parfaite.

YOGILIFE

Boutique de yoga en ligne éthique et éco-responsable, Yogilife propose une sélection de tapis, accessoires et vêtements de yoga soucieux de l'environnement et d'une éthique de production.

JOSYRUNNING

Le blog Josyrunning est né d'une envie de partager notre aventure pour le marathon de Paris en 2012, et depuis il est devenu une sorte de café des sports au féminin ; on y parle de running, de fitness, de bien-être et pleins d'autres trucs qu'on aime, un peu comme au comptoir d'un PMU, mais sans les résultats du tiercé !

Partenaires média

YOGA MAGAZINE

Yoga magazine propose à ses lecteurs et lectrices de vivre le yoga et ses bienfaits en puisant dans ses pages la beauté, l'authenticité et l'inspiration qui leur permettront de trouver leur équilibre, en matière de santé, bien-être, souplesse et bonheur. Tout en respectant la profondeur de cette pratique et philosophie millénaire, la paix et la tranquillité qu'elle apporte.

FRANCE BLEU

France Bleu, réseau généraliste de proximité, fédère un public large, familial et populaire. Au plus près des territoires, France Bleu accompagne ses auditeurs dans leur vie quotidienne à tout moment de la journée.

Avec son réseau de 44 stations, au cœur de la vie des auditeurs et de leur région, France Bleu est la seule radio qui offre chaque jour des informations de proximité et près de 10 heures de programmes locaux consacrés à la cuisine, au divertissement, au patrimoine ou à l'humour, complétés par des programmes partagés par l'ensemble des 44 radios. Elle est la radio généraliste la plus musicale avec 220 titres diffusés chaque jour à l'antenne.

France Bleu est une chaîne généreuse et chaleureuse. France Bleu : on est bien ensemble.

HOLISSENCE

Une marque qui puise son inspiration dans le quotidien ; le premier media happy, healthy et lifestyle. Un lieu d'échange, de découverte et de bonheur pour toutes les femmes, comme nous qui ont une énorme envie de prendre du temps, de voyager, de méditer, de prendre conscience des choses, de faire du sport, de bien manger et de se faire belle pour elles, pas forcément pour les autres. Quotidiennement sur notre site 50K visiteurs uniques par mois, trimestriellement un journal distribué à 30K exemplaires, 150K fans sur facebook.



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-126



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-92b



Bliss.11.11.18.BD@ANAKA-147



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-179



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-133



Bliss.11.11.18.BD@ANAKA-36



Bliss.11.11.18.BD@ANAKA-52



Bliss.11.11.18.BD@ANAKA-60



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-148



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-79



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-131



Bliss.11.11.18.BD@ANAKA-19



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-111



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-100



Bliss.11.11.18.BD@ANAKA-161



Bliss.11.11.18.BD@ANAKA-73



Bliss.11.11.18.BD@ANAKA-45



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-58



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-185



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-158



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-139b



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-122



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-25



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-161



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-78



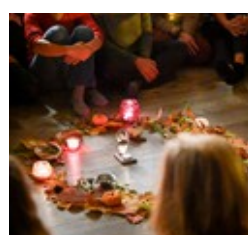
Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-149



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-193



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-230



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-238



Bliss.11.11.18.BD@ANAKA-28



Bliss.11.11.18.BD@ANAKA-79



BLISS.2017.HD@ANAKA-275



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-2



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-93



Bliss.10.11.18.BD@ANAKA-104



Bliss.11.11.18.BD@ANAKA-181



Bliss.11.11.18.BD@ANAKA-153

CONTACT PRESSE

Emélie Gooding

my@melieyoga.com / 06 64 29 67 19

INFOS BLISS FESTIVAL

Organisation : Association Bellibulle

Lieu : Darwin, 87 quai des Queyries, Bordeaux

Dates : vendredi 8 au dimanche 10 novembre 2019

Site : blissbordeaux.fr

[facebook@blissyogafestival](https://facebook.com/blissyogafestival)



Retrouvez-nous sur Bliss :



blissbordeaux.fr



bonjour@blissbordeaux.fr



[@BlissYogaFestival](https://facebook.com/BlissYogaFestival)