

# BLISS

FESTIVAL DE YOGA  
& PRATIQUES DOUCES | 14 > 16  
DARWIN CASERNE NIEL | NOV 2025

87 QUAI DES QUEYRIES - BORDEAUX

LÉGENDE :

**ESPACES** Cours & ateliers payants

**ANIMATIONS** Entrée libre & gratuite

- A** LA MANUFACTURE ACCUEIL festival  
YOGI MARKET - ESPACE BIEN-ÊTRE
- B** LE BIVOUAC
- C** LES FORGES (1<sup>er</sup> étage)  
YOGABLABLA Les conférences du Bliss
- D** FOOD COURT
- E** HALLE BASSE Concerts & pratiques
- F** LA BELLE SAISON - Le Cabanon
- G** LES MARINS DE LA LUNE - club house
- H** CHANTIER NICOLAS



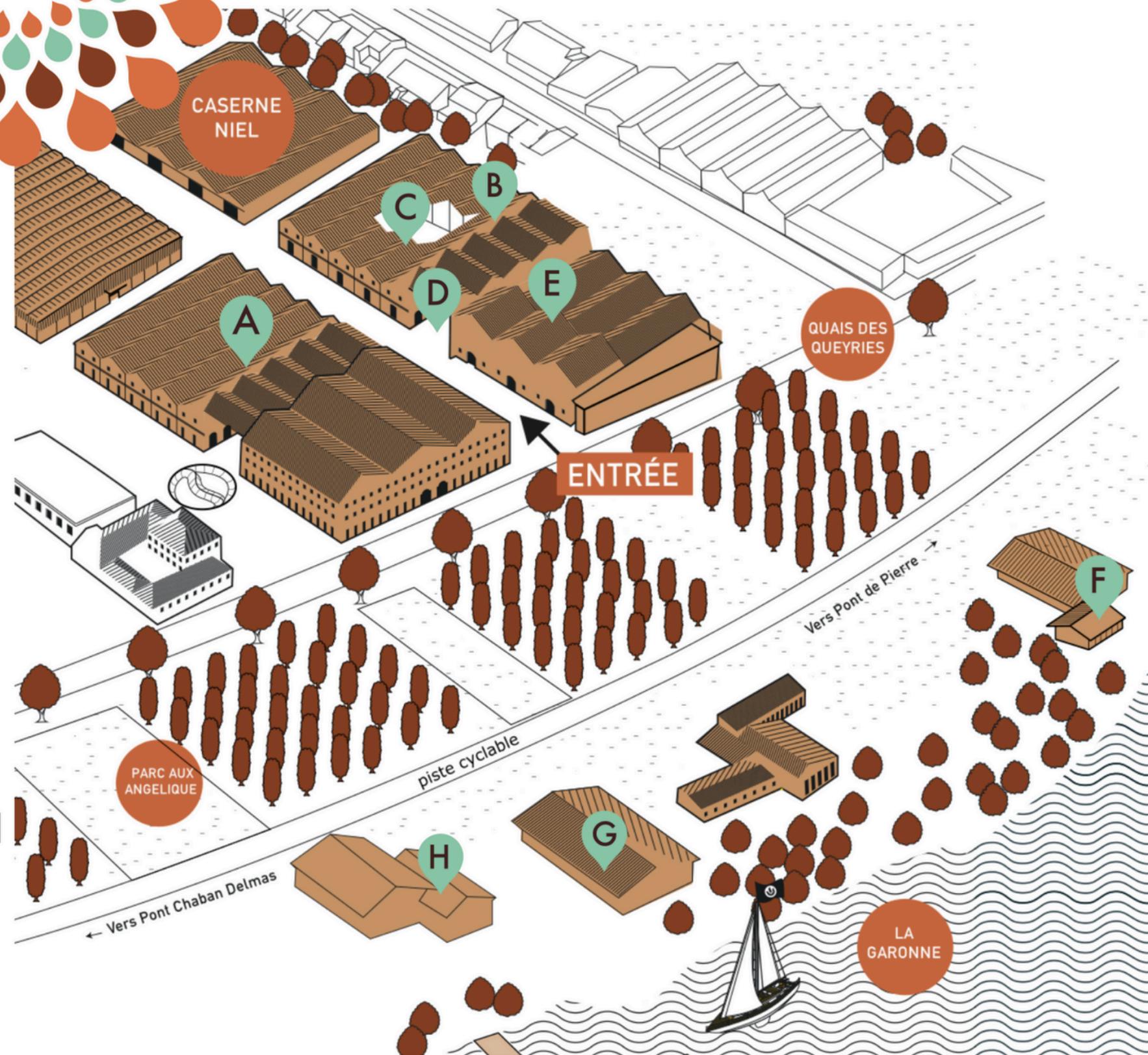
BORDEAUX  
INFOS ET BILLETTERIE

BLISSBORDEAUX.FR

@BLISSYOGAFESTIVAL



Une coproduction Bellibulle x Darwin x Bivouac



## TARIFS & PASS

Billetterie en ligne et sur place

PASS BLISS - 175€\* (festival illimité)

PASS JOURNÉE - 85€\*\* (sam. ou dim.)

PASS CONCERTS - 60€ (4 concerts & kirtans)

1 COURS - 15€ (1h à 1h30)

3 COURS - 40€

1 ATELIER - 35€ (2h)

KARMA YOGA - mini 5€ sur don  
(100% dons reversés à l'association Igabala)

YOGA KIDS & parent - 10€  
(gratuit parent - kids mini 4 ans)

CONCERTS - 15€ à 20€

\*cours & concerts inclus

\*\* cours & concerts du jour inclus

## POUR UN BLISS ZEN

Cours & ateliers en accès libre.

Tapis posé = place réservée.

Venez à l'avance pour vous installer !

Apportez votre tapis de yoga

+ accessoires (coussin, brique, plaid...)

Location tapis 5€ à l'accueil

avec notre partenaire B.halfmoon

(selon stock disponible).

Achat aussi possible sur le yogi market.

BLISS - Be - Love - Inspire - Smile - Share

# PROGRÂME BLISS YOGA FESTIVAL

11ème édition - 14 au 16 novembre 2025

VENDREDI 14 NOV.



MANUFACTURE

BIVOUAC

LES MARINS  
DE LA LUNE

LA BELLE SAISON  
Le Cabanon

LES CHANTIERS  
NICOLAS

14:30

 JAM KIRTAN  
ouverture Bliss 

16:00

**Yoga Jam Session**  
Charlotte Saint Jean  
& Mika de Brito  
- vinyasa yoga -

**Cérémonie cacao**  
Roxane Levecq  
- rituel & méditation -

 **ATELIER**   
**Le pouvoir de l'écoute**  
Yoga & piano live

**ATELIER GRIGRI**  
voyage au tambour  
animal totem & création  
de son grigri

**Méthode Fendelkrais®**  
Prise de conscience  
par le mouvement  
Isabelle Lasserre  
- Education somatique -

17:30

**Asthanga yoga**  
Initiation série A  
Fred Melchior  
- yoga dynamique -

**Voyage sonore duo**  
Flora Vourron &  
Nicolas Aussel  
- relaxation -

Héloïse Laurensis &  
Amandine Gougeon

- yin yoga & nidra -  
\* tous niveaux \*

Ingrid Thiblemont  
- atelier créatif -  
\* tous niveaux \*

**Eloge de la douceur**  
Amaryllis Juskowicz  
- souffle, mouvement  
& yoga nidra -

18:00

18:30

19:00

\*débutants / intermédiaires\*

## Où sont les yogablaba ?

Le programme est trop dense !  
Retrouvez toutes les conférences  
du Bliss en dernière page.  
- entrée libre & gratuite -

### LÉGENDE :

cours tous  
niveaux

\*sauf indication  
contraire \*

Cours

Karma Yoga 

Kids

Gratuit

Atelier

Musique live 

Concert



Le Bliss ce n'est pas que du yoga,  
on peut flâner aussi...

Un grand marché avec 60 stands  
d'artisans, de créateurs locaux et de  
thérapeutes vous accueille tout le  
week-end : yogi life, art, bijoux,  
cosmétiques, livres, instruments de  
musique, praticiens...

A moins que vous ne préfériez une  
pause à l'espace bien-être :  
massage, reiki, réflexologie...  
Réservation sur place.

**ENTRÉE libre & gratuite**  
vendredi 15h-19h  
sam. & dim. 10h-19h

	MANUFACTURE	BIVOUAC	LES MARINS DE LA LUNE	LA BELLE SAISON Le Cabanon	LES FORGES	LES CHANTIERS NICOLAS	HALLE BASSE
10:00	<b>Kriyas himalayens</b> Isabelle Daverat Pettineo <i>- hatha yoga -</i>	<b>Se réappropriier son corps de femmes</b> Céline Lévy <i>- pratique somatique -</i>	<b>L'art des équilibres</b>  Cyril Moreau <i>- tous styles yoga -</i>	<b>Nettoyage énergétique des lieux</b> Outils, protocoles & rituels  Eloise Sohier	<b>River Flow</b> Fluidité & sensualité Marine Gabana <i>- vinyasa yoga -</i>	<b>Voyage hypnotique</b> Valentin Philippe <i>- état modifié de conscience -</i>	<b>Jump tes fascias booster son périnée et ses fascias</b> Clara Erjaveck <i>- initiation corde à sauter -</i>
11:00							
11:30	<b>Pilates de Gasquet</b> <i>Tonus et équilibre sans contrainte</i> Lydie Battaglia <i>- pratique douce -</i>	<b>Ajustements &amp; justesse du toucher</b> Anne-Solène Falaise & Lucie Chea <i>- Ashtanga &amp; hatha yoga - * confirmés &amp; profs *</i>			<b>Yoga &amp; spiritualité</b> Hélène Mainguet & Xavier Dardot <i>- hatha &amp; pranayama -</i>	<b>Les 8 Mudrâ</b> L'art japonais du Jin Shin Jyutsu Béatrice Thibault <i>- méditation -</i>	<b>Nordic yoga©</b> Thomas Faillat <i>- yoga &amp; marche nordique - (limité à 20 pers.)</i>
12:00							
12:30							
13:00							
13:30	<b>Yoga du visage &amp; soins holistiques</b> Charlotte Saint Jean <i>- pratique douce - avec les huiles Oden</i>	<b>Bain de gongs</b> Manuel Mahé <i>- relaxation sonore -</i>	<b>Art &amp; intégrité du mouvement</b> <i>Le corps comme oeuvre vivante</i>  Raphan Kebe <i>- yoga Space &amp; Flow -</i>		<b>Munz Floor©</b> <i>Les fascias en mouvement</i> Manou Damaye <i>- pratique douce -</i>	<b>Massage thaï</b> Initiation Laura Mercier <i>- étirements doux -</i>	
14:30							
15:00	<b>Little Pirate</b> Les émotions au bout des doigts avec les mudrâ Sophie Giraud <i>* à partir 4 ans *</i>	<b>Transmission chamanique</b> <i>Cercle de tambours (prenez le votre ou prêt) &amp; voyage chamanique</i>  Delphine Buis & Laura Merchez <i>- débutants acceptés -</i>	<b>Yoga simple &amp; efficace</b>  Mika de Brito <i>- Vinyasa krama yoga -</i>	<b>Yoga &amp; santé mentale</b> Elodie Caillaud	<b>Dance du Dragon</b>  Melie Gooding <i>- yoga vinyasa &amp; yin - * niveau intermédiaire *</i>	<b>Respire &amp; périnée</b> Méthode Resp.P Maritchu Mauget-Bilbao <i>- pratique douce -</i>	<b>CONCERTS &amp; KIRTANS</b> <i>voir détails en fin de programme</i>
16:00							
16:30	<b>Change Perspective</b> Mathieu Boldron <i>- hatha yoga - *Intermédiaire / avancé *</i>			<b>Cercle d'hommes</b> Tifen & Victor Charruaud <i>- cercle de paroles -</i>		<b>Breathwork</b> Respirer pour se retrouver Soraya Boujard <i>- état modifié de conscience -</i>	<b>Nordic yoga©</b> Thomas Faillat <i>- yoga &amp; marche nordique - (limité à 20 pers.)</i>
17:00							<b>Capoeïra kids</b> Tristan Deloris <i>- 7 à 10 ans -</i>
17:30							
18:00	<b>Ashtanga série 1</b> Adapter sa pratique  Anne-Solène Falaise <i>- yoga dynamique - * déjà pratiquant.e *</i>	<b>Voyage intérieur</b> Respiration des os Tifen <i>- méditation -</i>	<b>Somayin</b>  Céline Hwang <i>- fascias &amp; yin yoga -</i>	<b>Cercle de femmes</b> Jawenna <i>- cercle de paroles -</i>	<b>Yoga &amp; mobilité fonctionnelle</b> pour une pratique saine et durable  Laurane Landry & Aurélie Poles <i>- hatha &amp; vinyasa -</i>	<b>Wutao &amp; dance intuitive</b> Amaryllis Joskowicz <i>- pratique douce -</i>	
19:00							
19:30							
20:00							

Où sont les yogablaba ?

Retrouvez toutes les conférences en dernière page !



	MANUFACTURE	BIVOUAC	LES MARINS DE LA LUNE	LA BELLE SAISON Le Cabanon	LES FORGES	LES CHANTIERS NICOLAS	HALLE BASSE
10:00	<b>Power yoga</b> Léa Cittone - vinyasa yoga - * intermédiaire / avancé *	<b>Retour à la source</b> Cyril Moreau - vinyasa yoga -	<b>Align your shine</b> <i>Manifestez votre magie !</i> Charlotte Saint Jean  - vinyasa ShivaShakti© - * tous niveaux / profs*	<b>Yog'Art de vie &amp; connaissance de soi</b>  Aurore Motte - hatha yoga & créativité -	<b>Masterclass Pranayama</b> <i>Souffle et méditation</i> Isabelle Daverat Pettineo  * avancés / profs*	<b>Activation des centres chakra</b> Tifen - Qi Gong -	
11:00							
11:30							
12:00	<b>Primal yoga flow</b> Laura Mercier - vinyasa & déplacements -	<b>Vinyasa krama &amp; yin</b> Agnès Cassonnet & Sitâ					
12:30							
13:00							
13:30	<b>Yoga Space &amp; Flow</b> Raphan Kebe - entre yoga & danse -	<b>Voyage sonore</b> Audrey Aveline - relaxation sonore -	<b>Pimp tes fascias</b> Adapter sa pratique à chaque étape de sa vie de femme Clara Erjavec & Celina Hwang - notions clés & pratique douce -	<b>Yoga sur chaise</b> François Echassoux - yoga adapté tous âges et conditions physiques -	<b>Awakening yoga</b> Créativité intensité liberté Laurane Landry - vinyasa yoga - * intermédiaires / profs *	<b>Art du mouvement &amp; Athletic flow</b> Maria Zavarina - vinyasa yoga -	
14:30							
15:00	<b>Flow 5 filaments la spirale au coeur du mouvement</b> Céline Hwang - dynamisme des fascias -	<b>Yoga Kundalini</b> Le pouvoir du souffle & relaxation chantée Nathalie Goldstein & Alise Parisi - yoga & tambour -	<b>Cercle song &amp; activation de la voix</b>  Florence Bernart - pas besoin de savoir chanter -	<b>Yoga Rose</b> Antoine Paul - yoga adapté cancer du sein & post opératoire -	<b>Anatomie d'un mouvement</b>  Pierre Saint Leu - Pilates -	<b>Yoga kids &amp; parents</b> Marine Molinaro - 5 à 10 ans -	<b>CONCERTS &amp; KIRTANS</b> voir détails en fin de programme
16:00							
16:30	<b>Yoga kids &amp; parents</b> Marine Molinaro - 5 à 10 ans -						
17:00							
17:30							
18:00	<b>Yoga égyptien</b> Antoine Paul - hatha yoga -	<b>Méditation musicale</b> Mika de Brito - relaxation sonore -	<b>DYP BodyLab</b> Laboratoire corps, fascias et système nerveux en mouvement Manou Damaye, Laura Muller & Thomas Queyrins	<b>Yoga &amp; burn out le yoga comme outil de prévention &amp; guérison</b> Elodie Caillaud	<b>Beyond vinyasa</b> souplesse, force et contrôle Aurélie Poles - yoga & mobilité fonctionnelle -	<b>Murmure d'automne</b> Tendresse & lenteur Marine Gabana - yin yoga -	<b>Capoeira kids</b> Tristan - 7 à 10 ans -
18:30							
19:00							
19:30							
							<b>Où sont les yogablaba ?</b> Retrouvez toutes les conférences en dernière page !



# LES YOGABLABLAS

Entrée libre & gratuite  
SALLE LES FORGES

VENDREDI 14

10:00

11:00

11:30

12:30

13:30

14:30

15:00

16:00

16:30

17:30

18:00

19:00

SAMEDI 15

**3 invocations du flow**  
Sensualité, créativité  
& dévotion  
Raphan Kebe

**Vitalité, cycle  
& libido**  
Le cycle 5ème signe vital  
Ambre Rosain

**Bien choisir sa  
formation de yoga**  
1vie2yogis  
& Mathieu Boldron

**Pouvoir du souffle  
les clés du pranayama**  
Isabelle  
Daverat Pettineo

**Be a Queen  
Rayonnez !**  
Charlotte Saint Jean

**Fascias,  
mémoire du corps,  
chemin vers soi**  
Marie Pierre Lavergne

DIMANCHE 16

**Le Cacao sacré**  
Entre héritage  
et sagesse actuelle  
Roxane Levecq

**Sonothérapie aux  
bols tibétains**  
Entre tradition et science  
Flora Vourron

**Croyances, illusions  
et confusions  
dans le yoga**  
Mika de Brito

**Outils de libération  
émotionnelle**  
Valentin Philippe

**Business intuitif**  
Communiquer d'une  
manière alignée  
Anne-Laure Bailly  
*\*entrepreneurs\**

**Voyage au coeur  
des constellations  
familiales**  
Lise Lapeyronnie

**Eloge de la douceur**  
Le pouvoir de guérison de  
la sensibilité  
Amaryllis Joskowicz

**Pourquoi je n'ai  
rien dit / rien fait ?**  
Céline Lévy  
- réservé aux femmes -

# LES CONCERTS

## JAM KIRTAN \*ouverture\*



Vendredi 14 nov. / 14h30 à 16h

Jam session pour ouvrir le Bliss dans la joie  
et les good vibes partagés en toute simplicité.  
- Karma yoga / concert sur don - Hors Pass Concert

## PUJA PREMA & Josmoz

Samedi 15 nov. / 15h à 16h30

La puissance de la voix et du son comme  
chemin de transformation intérieure.

## RAMANAJI DAS

Samedi 15 nov. / 18h à 19h30

Chanteur, percussionniste et meneur de kirtan  
renommé en Europe.

## MATHIEU BOLDRON

Dimanche 16 nov. / 15h à 16h30

Une expérience vibrante et vivante portée par  
son groupe Kirtan Perspective.

## KELLY AURA \* clôture \*

Dimanche 16 nov. / 18h à 19h30

Finir le Bliss en beauté avec la voix divine de  
Kelly et les chants médecines pour un moment  
hors du temps.

=> Pass 4 concerts 60€

# LA NOCTURNE

## JUSTE POUR DANSER

Samedi 15 nov. / 20h à 22h

Un moment ensemble, juste dans la  
joie du partage, du son et de la  
connexion. Playlist collaborative.

\* entrée libre & gratuite \*

# KARMA YOGA

## POUR QUI ET POURQUOI ?

Le karma yoga est le principe yogique de  
l'action désintéressée et détachée.

En participant aux cours karma yoga du Bliss  
- marqués d'un  - vous contribuez à  
**financer la scolarité d'enfants au Togo**  
soutenus par l'association Igbala dédiée à la  
protection de l'enfance et de l'environnement.

Le Bliss yoga festival s'engage à reverser  
**100% de vos dons à l'association.**  
Igbala recherche régulièrement des parrains  
et marraines... peut-être vous ?

Infos & dons : [igbala.fr](http://igbala.fr)