

BLISS

FESTIVAL DE YOGA & PRATIQUES DOUCES

15 > 17 NOV 2024

DARWIN CASERNE NIEL | 87 QUAI DES QUEYRIES - BORDEAUX

LÉGENDE :

- ESPACES** Cours & ateliers payants
- ANIMATIONS** Entrée libre & gratuite

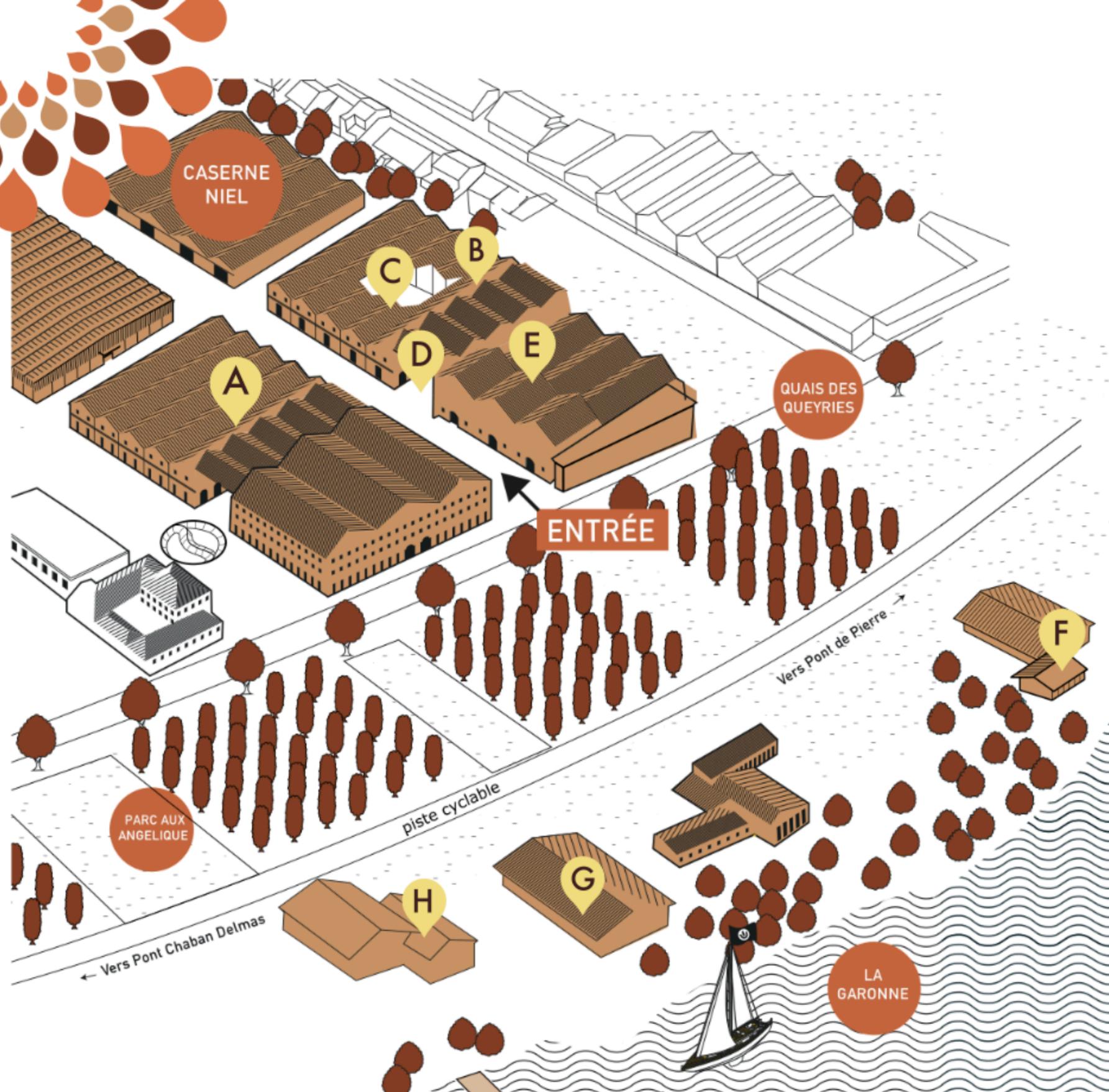
- A** **LA MANUFACTURE** ACCUEIL festival
YOGI MARKET - ESPACE BIEN-ÊTRE
KIDS - Fabrique bilingue
- B** **LE BIVOUAC**
- C** **LES FORGES (1^{er} étage)**
YOGABLABLA Les conférences du Bliss
- D** **FOOD COURT**
- E** **HALLE BASSE** Espace concerts
TIR À L'ARC samedi & dimanche de 13h30 à 16h30
entrée libre sans réservation
- F** **LA BELLE SAISON - Le Cabanon**
- G** **LES CHANTIERS DE LA GARONNE**
- H** **CHANTIER NICOLAS - Le club house**

INFOS & BILLETTERIE

www.blissbordeaux.fr

  blissyogafestival

Une coproduction Bellibulle x Darwin x Bivouac



TARIFS & PASS

Billetterie en ligne et sur place

COURS - 15€ (1h à 1h30)

3 COURS - 40€ (1h à 1h30)

ATELIER - 35€ (2h)

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

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

CONCERTS - 10€ à 20€

PASS BLISS - 160€ (festival illimité)

PASS SAMADHI - 85€ (samedi *)

PASS TAPAS - 75€ (dimanche *)

*concerts du jour inclus



POUR UN BLISS ZEN

Cours & ateliers en accès libre.

Tapis posé = place réservée.

Venez à l'avance pour trouver la salle et 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), ou achat possible sur le yogi market.

BLISS - Be - Love - Inspire - Smile - Share

PROGRAMME BLISS YOGA FESTIVAL

VENDREDI 15 NOV.

	MANUFACTURE	BIVOUAC	LES CHANTIERS DE LA GARONNE	YOGABLABLA LES FORGES
15:00	KIRTAN D'OUVERTURE LILÂM BAND & guests			Accès libre & gratuit
16:00				
16:30	Yoga Jam Session Charlotte Saint Jean & Mika de Brito	Se réappropriier son corps de femme Céline Levy - pratique somatique -	ATELIER Ode à la beauté Yoga & piano live Amandine Mastellotto & Héloïse Laurensis - yin yoga & nidra -	Chamanisme & traditions soignantes japonaises Marie-Pierre Lavergne
17:30				
18:00	Animal flow Essence primordiale du mouvement Laura Mercier	Asthanga yoga Initiation série A Fred Melchior		Qui suis-je face à mes émotions et mes ancêtres ? Lise Lapeyronnie
18:30				
19:00				
21:00			LA NUIT DES YOGIS 1 nuit + 2 cours ANNULÉ Jean Maryllis Joskowicz	

LES CONCERTS DU BLISS

LILÂM BAND

Vendredi 15 nov. / 15h à 16h

Kirtan & guests surprises

- Espace Manufacture -

KELLY AURA

Samedi 16 nov. / 16h30 à 18h30

Concert à l'unisson & cercle song

- Espace Halle Basse -

LE BAL DES YOGIS MIKA DE BRITO

Samedi 16 nov. / 19h30 à 21h30

Yoga avec live DJ Eliô et Coline Linder

- Espace Chantiers de la Garonne -

SARI SERAMOR

Dimanche 17 nov. / 15h à 17h

Concert & kirtan

- Espace Halle Basse -

GROUPE JAÏ

Dimanche 17 nov. / 18h à 19h

Voyage visuel & musical indo-jamaïcain

- Espace Halle Basse -

YOGI MARKET & BIEN-ÊTRE

En accès libre tout le week-end, un grand marché avec + 60 stands & créateurs (accessoires yoga, art, bijoux, livres, cosmétiques, instruments)

Offrez-vous une pause massage, réflexologie, reiki, coiffeur ...
Réservation sur place.

vendredi 15h-19h
sam. & dim. 10h-19h

ESPACE KIDS sam. & dim. 13h-19h La Fabrique Bilingue

Une garderie pour profiter de vos cours l'esprit tranquille samedi et dimanche !

Un tarif mini pour une détente maxi 12€ / 1h30.

- à partir de 4 ans -

LÉGENDE :

Cours

Kids mini 4 ans

Gratuit

Karma Yoga

Ateliers

Musique live

Exclu 10 ans

SAMEDI 16 NOV. - Bliss yoga festival

MANUFACTURE

BIVOUAC

LES CHANTIERS DE LA GARONNE

LA BELLE SAISON
Le Cabanon

LES FORGES

LES CHANTIERS NICOLAS

HALLE BASSE

YOGABLABLA
LES FORGES

- 10:00
- 11:00
- 11:30
- 12:00
- 12:30
- 13:00
- 13:30
- 14:30
- 15:00
- 16:00
- 16:30
- 17:00
- 17:30
- 18:00
- 18:30
- 19:00
- 19:30
- 19:30
- 21:30

Kriyas himalayens
Isabelle Daverat
Pettineo
- hatha yoga -

Voyage chamanique
Initiation aux états modifiés de conscience au son du tambour
Delphine Buis

Masterclass Fascia+
Céline Hwang
- exploration somatique -
tous niveaux & profs
Apporter une serviette

Détox du corps & de l'esprit
Jennifer Barrault
- Hypnose -

Viva Allegria
Valentina Duna
- improvisation vocale -

Yoga de la Femme
Reconnecter à son féminin
Léa Aublanc
hatha, yin et face yoga

Hypnose & émotions
Libérer nos émotions avec les régressions
Valentin Philippe

Yoga Bikram initiation 1ère série
Leopoldine Fonrose
(1h30)

Immersion son & mouvement
Méditation active en état alpha
Armand Florea
Kenji Minami
- chants binauraux & batterie zen -

Le centre du corps
Ecouter son ventre autrement
Cyril Moreau
- yoga postural -

Flow des 5 éléments
De la philosophie à la pratique
Hélène Mainguet & Xavier Dardot
- hatha & yin yoga -
(1h30)

Yog'Art
Du tapis au papier pour éveiller votre créativité
Aurore Motte
- hatha yoga & dessin -
(1h30)

Mandal'Art
Offrande collective
Anouck Vareille
- flow intuitif -
(1h30)

Santé physique et mentale au travail
Elodie Caillaud

Change perspective yoga
Mathieu Boldron
yoga, philo & coaching

Qi Gong des organes
Les sons de la santé
Tifen

Yoga Space & flow
Raphane Kebe
- yoga flow & danse -
tous niveaux & profs

Cérémonie cacao
Roxane Innerlight
sur résa / contre-indiqué cardiaques

Des racines aux ailes
Un voyage en son & mouvement
Charlotte Saint Jean
- yoga vinyasa -

Respiration & périnée
Méthode Resp.P
Maritchu Mauget-Bilbao

Tir à l'arc
L'art de la concentration
Jüri Burmeister
de 13h30 à 16h30
en accès libre
- tous publics parents / enfants -

Le yoga comme levier de transformation
Isabelle Daverat
Pettineo

Yoga parents -enfants
Muriel Rondeau
- à partir 4 ans -

Yintegrity
Céline Hwang
- yin yoga somatique -

Périnée
Oser porter sa voix
Clara Erjavec & Isabelle Calkins
- anatomie, mouvement et prise de parole - 1h30

L'art des Mudras
Béatrice Thibault
- Jin Shin Jyutsu -

Yoga kids
Muriel Rondeau
- à partir 4 ans -

Yoga kids
Muriel Rondeau
- à partir 4 ans -

KELLY AURA
CONCERT à l'unisson & circle song

L'intelligence du mouvement
Amaryllis Joskowicz

Dos & périnée
Vanessa Volckaert
- yoga de Gasquet -

Liquid flow & musique
Mélie Gooding
- yoga vinyasa & orchestre symphonique de Talence -
(1h30)

LE BAL DES YOGIS
Mika de Brito
yoga & Dj live

Cercle d'Hommes
Tifen & Valentin Philippe

Vinyasa chamanique
Anouk Corolleur
- yoga & tambour -
(1h30)

Cercle de Femmes
Camille Sfez

SOS endométriose
Yoga et naturopathie à la rescousse
Ambre Rosain & Léa Aublanc

Vastu Shastra
Equilibrer les énergies dans la maison
Eloïse Sohier

DIMANCHE 17 NOV. - Bliss yoga festival

MANUFACTURE

10:00 **Explorer ses limites**
Cyril Moreau
- vinyasa yoga -
intermédiaires/avancés

11:30 **Flow 5 filaments**
La spirale au coeur du mouvement
Céline Hwang
-dynamisme des fascias-

13:30 **Yoga du visage & équilibrage hormonal**
Charlotte Saint Jean
(avec les huiles Oden)

15:00 **Yoga Egyptien**
Pratique thérapeutique
Antoine Paul
- hatha yoga -

16:30 **Yoga danse & mudras**
Julie Lesbordes & Candice Thomann Dupart

18:00 **Bhakti vinyasa yoga**
Mathieu Boldron
- yoga dynamique & musical -

BIVOUAC

Hatha yoga & sonothérapie
Claire Berteau

Chakra breathing
Stella Smiernow
-méditation active Osho-
(1h30)

Wutao@
Eloge du mouvement libre
Amaryllis Joskowicz

Kundalini yoga
Stella Smiernow
- yoga dynamique & énergétique -

Handstand
Les premiers pas
Sylvain Noury

LES CHANTIERS DE LA GARONNE

Danse du Dragon
Sparks and shadows
Valentina Duna
- yoga ecstatic & yin -
tous niveaux / profs

Acro vinyasa
Mathieu Boldron & Laura Mercier
- acro yoga & flow -

Fascia training
Tout savoir sur les fascias
Clara Erjavec & Sylvain Noury
- anatomie & art du mouvement -

Rituel du Lotus
Méditation guidée & sensorielle
Roxane Innerlight
sur réservation

LA BELLE SAISON
Le Cabanon

Le retrait des sens
Justine Fremy Bruneau
- hatha yoga -

Yoga & ménopause
Accompagner la transition
Eloïse Taillefer

Voyage hypnotique
Apprendre à réguler ses émotions
Valentin Philippe

Yoga Nidra en chant
Alice Parisi & Elodie Caillaud

LES FORGES

Masterclass Pranayama
Souffle et méditation
Isabelle Daverat Pettineo
avancés / profs

El bueno yoga
Osez la spontanéité
Mika de Brito
- vinyasa yoga -

Bain de gongs
Audrey Aveline

Je respire donc je suis
La respiration au coeur du mouvement
Julie Vuarambon & Pierre Saint Leu
- yoga & Pilates -

LES CHANTIERS NICOLAS

Sweet Moon flow
Vanessa Volckaert
- yoga vinyasa & yin -

Yin yoga & Nidra
Lauren Mahan Valls
bilingue français - anglais

Yoga de Madras
François Echassoux
- hatha yoga -

Les émotions au bout des doigts
Sophie Giran
- parents / enfants à partir 4 ans -

Yoga kids
Muriel Rondeau
- à partir 4 ans -

Wild yoga chamanique
Célébrer la beauté sauvage de l'existence
Agnès Cassonet & Lorraine Glatigny
- slow flow & tambour -

HALLE BASSE

Tir à l'arc
Jüri Burmeister
13h30 à 16h30
en accès libre
(détails cf samedi)

SARI SERAMOR

CONCERT & Kirtan

JAÏ
Reggae Dub indo-jamaïcain

YOGABLABLA
LES FORGES

Reprendre son pouvoir personnel
Cécile Dos Santos

Spiritude leader
Entreprendre en étant aligné
Charlotte Saint Jean

Réflexes archaïques & sexualité
Maritchu Mauget-Bilbao

Dinacharya
Routine quotidienne ayurvédique
Lucie Nour Joao

Deuil et fin de vie
Les clés de la naturopathie
Noémie de Mul

Initiation à l'Ayurvédā
Découvrir cette science de la vie
Lucie Nour Joao