



# Yoga

## YOGA FESTIVAL PARIS

23 au 26 octobre 2015  
Paris Event Center Porte de la Villette

## LE 3<sup>o</sup> RENDEZ-VOUS ANNUEL DU YOGA EN FRANCE

Venez pratiquez à la source de cet art de vivre yogique et faire une cure de rajeunissement au Yoga Festival Paris. Dites-le aux personnes à qui vous voulez du bien !

Un Festival différent de tous les autres en ce qu'il est résolument un événement grand public, une fête pour tous, qui cherche aussi à montrer la dimension sociale du yoga, dans son rapport à la santé, à la vieillesse, à l'éducation, dans sa relation aux sciences, au féminin... Aussi ne s'adresse-t-il pas seulement aux aficionados mais aussi aux néophytes et curieux de cet art de vivre millénaire.

Avec plus de 150 ateliers de yoga, tous animés par d'excellents enseignants, il y en a pour toutes les attentes : du plus dynamique au plus méditatif, du yoga thérapeutique au ludique, tous s'adressent à notre esprit et à notre âme, de 4 à 94 ans et +. Seuls une cinquantaine sont payants. A chacun son yoga. Le Yoga Festival Paris est aussi un projet pédagogique.

### EN DEUX MOTS

Le Festival c'est quoi ? Une occasion simple de découvrir ou d'approfondir ce qu'est le yoga réellement, dans tous ces aspects. Avec un salon de **120** exposants orientés «art de vivre yogique», **50** ateliers d'approfondissement (voir programme page centrale), **20** ateliers destinés aux «jeunes yogi», presque **100** cours gratuits (intimes dans les espaces Yo et Ga ou collectifs sur l'espace central), **25** ateliers «se nourrir», de la musique, une ambiance plaisante et sereine. Un moment simple à la rencontre de soi et des autres.

Que demander de plus ?

Retrouver le programme complet sur le site [www.yogafestival.fr](http://www.yogafestival.fr) dès le 20 septembre.



### LE YOGA FESTIVAL EN CHIFFRES

- 3<sup>eme</sup> édition du YFP, du 23 au 26 octobre 2015,
- Sur 3 000 m<sup>2</sup> à Paris,
- 10 000 personnes attendues,
- 30 styles de yoga,
- 25 conférences,
- un espace enfants («Jeunes Yogi») de 5-16 ans, avec des cours en continu,
- un espace «se nourrir» avec des ateliers de cuisine végétarienne, vegan, ayurvédique...,
- 260 m<sup>2</sup> dédié aux cours libres et aux démonstrations,
- 2000 m<sup>2</sup> d'exposition avec 120 exposants,
- 40 bénévoles,
- 1 espace de restauration végan & végétarienne,
- un événement sous le Haut Patronage de l'ambassade de l'Inde.

### PARTENARIAT 100%BIO

Parce que le Yoga et le Bio visent à développer une harmonie entre l'homme et la nature, le Yoga Festival Paris est en partenariat avec le bien connu Salon Bio **VIVEZ NATURE** qui se tiendra conjointement au Paris Event Center.




# PROGRAMME DES ATELIERS D'APPROFO

## VENDREDI 23

### Atelier A

**10h45** Yoga integral de Sri Aurobindo (45mn) puis yoga des yeux (45mn) - *Selvi et Ajit Sakhar*

**12h30** La méditation dans le courant de l'existence - Articuler méditation et vie quotidienne - *Gilles Farcet* - 

**14h30** L'art des mantras et de la méditation : la réalisation de soi - *Patrick Torre* - 

**16h30** Ashtanga Vinyasa - *Baptiste Marceau* - 

**18h30** Yoga du Cachemire (1) - *Éric Baret* - 


### Atelier B

**10h45** Pranayama et asana pour un éveil de la Kundalini - *Rodolphe Milliat* - 

**12h30** Santé Parfaite de Deepak Chopra *Nathalie Geetha Babouraj* - 

**14h30** Abdos sans risque *Blandine Calais-Germain* - 


**16h30** Methode Sinovi : la fluidité des articulations - *Blandine Calais-Germain* - 

**18h30** Cultivez l'expérience directe de la Pleine Conscience : pratiques essentielles pour optimiser votre vie quotidienne - *Holly Niemela* - 


### Atelier C

**10h45** Tantra Shakta : la flamme éternelle du divin féminin - *Francesca Lisci Krim* - 

**12h30** Yoga du visage - *Alain Pénichot* - 

**14h30** Libérer le cœur dans les postures *Yvon Lebbihi* - 

**16h30** Institut Français de Yoga - *IFY*

**18h30** Yoga nidra : réconciliation du féminin et du masculin - *Marc-Alain Descamps et Magali Toro* - 


## SAMEDI 24

### Atelier A

Le Yoga du Cœur *Davina Gelek Drölkar* - 


Le Qi Gong de la fleur d'or *Davina Gelek Drölkar* - 

Conscience de la dimension énergétique *Micheline Flak* - 


Tantra et chants sacrés ... la voie de la suprême sagesse - *Patrick Torre* - 

AUM méditation - *Corinne Cosseron*  
Yoga du rire - 


### Atelier B

Nidra yoga, relier conscience et lâcher prise - *André Riehl* - 

Yoga Iyengar - *Faeq Biria* - 

Hormone yoga thérapie pour femmes *Kathy Wolff* - 


Yoga des yeux - *Amir Zacria* - 

L'effet extraordinaire du Sourya âkâsha - *Shyamji Bhatnagar* - 

### Atelier C

Kundalini yoga *Guru Hans Khaur* - 

Planète « jeunes pousses » - Formation aux techniques du RYE - *Françoise Fauvel* - 

le Yog'Aplomb - *Annie Aubrun* - 

Atelier de sanskrit - *Alain Porte* - 

Yoga nidra traditionnel - *Mathieu* - 

## Infos pratiques sur les ateliers d'approfondissement A, B et C

**Durée :** 1h30 et 1h15 - **Prix de l'atelier :** 20 € • **Ouverture des salles :** Les salles des ateliers seront ouvertes 15 mn avant le début du cours pour se préparer. Les portes fermeront à l'heure précise donnée pour le cours. 15 mn sont également prévues après le cours pour quitter la salle.

## DIMANCHE 25




### Atelier A

10h45	Conscience pelvienne et liberté vertébrale <i>Monica Bertauld</i>	
12h30	Yoga nidra - <i>Micheline Flak</i>	
14h30	Yoga du Cachemire (2) - <i>Éric Baret</i>	
16h30	Les aspects préventifs et thérapeutiques du Yoga - <i>Babacar Khane</i>	
18h30	Bain de Gong - <i>Navjeet Singh</i> Kundalini yoga	

### Atelier B





10h45	Une approche unique vers la méditation <i>Shyamji Bhatnagar</i>	
12h30	Respirations - concentration - méditation <i>Jean-Louis et Francis Gianfermi</i>	
14h30	La santé par le yoga, se libérer des conflits émotionnels - <i>Marc Beuvain</i>	
16h30	Mise en pratique des enseignements tibétain pour expérimenter les étapes du calme mental - <i>Pierre Bourges</i>	
18h30	Acro yoga pour enfants et grands <i>Yohann Guichard</i>	

### Atelier C





10h45	Quand le souffle danse ! <i>Patricia Repellin</i>	
12h30	Introduction au yoga de Éva Ruchpaul <i>Nathalie Villemain</i>	
14h30	Le yoga comme art de soi <i>Philippe Filliot</i>	
16h30	Le phénomène de la Peur. Comment l'appivoiser et l'éradiquer - <i>Maja Cardot</i>	
18h30	Se connecter à notre énergie vitale Varma yoga - <i>Cyrus Fay</i>	

## LUNDI 26

### Atelier A

Le Souffle, voie directe d'évolution <i>Babacar Khane</i>	
La santé physique par la yoga thérapie Bassin et colonne vertébrale - <i>Marc Beuvain</i>	
Tout accepter - <i>Bernard Bouanchaud</i> Yoga thérapie	
Transmettre les bases et l'approfondissement du nidra - <i>André Riehl</i>	

### Atelier B

Sri Mahesh - <i>Mira Bai Mahesh</i>	
Les corps subtils, les chakras. Kriya yoga - <i>Siddhananda Sita</i>	
Concentration méditation - <i>Micheline Flak</i>	
Hatha - <i>Sri Venudas</i>	

### Atelier C

Somayog - <i>Morgane Legoff</i>	
Les 12 positions de la Lune Astrologie védique - <i>Jean Lin</i>	
La saveur du son - <i>Mitchélee</i> Nada Yoga	
Fédération Inter Enseignements de Hatha Yoga FIDHY	

• **Le billet Atelier** : Si vous avez réservé/acheté votre billet en ligne, vous avez en main vos billets imprimés. **Un billet par page qui comporte la date, l'heure, la salle, le titre de l'Atelier, le nom du professeur, mais aussi votre nom.** Ce billet nominatif contient également un code barre qui permet la vérification à l'entrée de l'atelier.

Si vous avez acheté votre billet sur place au Festival, présentez-le au moment de rentrer dans votre salle d'atelier.

Prévoyez une tenue confortable et votre tapis.

Réservez en ligne sur [www.yogafestival.fr](http://www.yogafestival.fr)

# INTERVENANTS 2015

Jennifer Aknin, Annie Aubrun, Nathalie Geetha Babouraj, Eric Baret, Monica Bertauld, Marc Beuvain, Shyamji Bhatnagar, Faeq Biria, Bernard Bouanchaud, Caroline Bouliguez, Pierre Bourges, Blandine Calais-Germain, Maja Cardot, Corinne Cosseron, Maurice Daubard, Mika de Brito, Marc Alain Descamps, Ulrike Deze, Ecole Eva Ruchpaul, Gilles Farcet, Cyrus Fay, Philippe Filiot, Micheline Flak, Davina Gelek Drölkar, Jean Louis et Francis Gianfermi, Yohann Guichard, Guru Hans Kaur, Gurujagat Kaur, Babacar Khane, Yvon Lebbihi, Jean Lin, Francesca Lisci Krim, Dominique Lussan,

Mira Bai Mahesh, Baptiste Marceau, Jeannot Margier, Mathieu, Philippe Maugars, Rodolphe Milliat, Mitchélee, Navjeet Singh, Holly Niemela, Alain Pénichot, Colette Poggi, Alain Porte, Adrian Prabhu Singh, Patricia Repellin, André Riehl, François Roux, Eric Sablé, Charlotte Saint Jean, Ajit & Selvi Sarkar, Marc de Smedt, Siddhananda Sita, Magali Toro, Patrick Torre, Clara Truchot, Sri Venudas, Kiran Vyas, Nathalie Villemain, Kathy Wolff, Amir Zacia....etc.



■ Babacar Khane



■ Kathy Wolff



■ Yohann Guichard...  
au plus haut

## EXPOSER AU YOGA FESTIVAL !

Mettez-vous dans une dynamique positive. Louez un stand au Yoga Festival cette année pour partager la belle énergie que vous mettez dans vos affaires. C'est l'occasion de rencontrer son public. Contactez Alix.



■ Faeq Biria



■ Sri Venudas



■ Baptiste Marceau  
de retour!



■ Davina, une présence  
exceptionnelle

**YOGA FESTIVAL PARIS DU 23 AU 26 OCTOBRE 2015**

**AU PARIS EVENT CENTER, HALL B.**

**ADRESSE :** 20 avenue de la Porte de la Villette, 75019 PARIS.

**MÉTRO :** Porte de la Villette, **TRAM :** T3B, **BUS :** 150.

**HORAIRES :** Vendredi, samedi et dimanche de 10h30 à 19h30 et lundi de 10h30 à 18h00.

**ENTRÉE SUR INVITATION GRATUITE**

**PROGRAMME, RÉSERVATION ET INVITATION SUR [WWW.YOGAFESTIVAL.FR](http://WWW.YOGAFESTIVAL.FR)**



## VIVEZ YOGA EN OCTOBRE AU PARIS EVENT CENTER EN PARTENARIAT AVEC LE JOURNAL DU YOGA ET LE SALON BIO **vivez nature**

*un Festival sous le Haut Patronage de l'ambassade de l'Inde.*



**Organisé par l'équipe du Journal du Yoga**, mensuel par abonnement, leader en France depuis 15 ans de l'information et du lien entre les professionnels du yoga et les pratiquants (35 000 lecteurs par mois). [www.lejournalduyoga.com](http://www.lejournalduyoga.com)

### CONTACT

**Renaud Cellier**  
[renaud.cellier@yogafestival.fr](mailto:renaud.cellier@yogafestival.fr)

**Pauline Lorenceau**  
[pauline.lorenceau@yogafestival.fr](mailto:pauline.lorenceau@yogafestival.fr)

### RELATION AVEC LES EXPOSANTS

**Alix De Neuville**  
[alix.deneuville@yogafestival.fr](mailto:alix.deneuville@yogafestival.fr)

### RELATION PRESSE ET MEDIA

**Ariane Prêtre**  
[ariane.pretre@wanadoo.fr](mailto:ariane.pretre@wanadoo.fr)

Yoga Festival Paris - 25 rue de la Grange aux Belles, Bte 38 - 75010 Paris  
Tél. +33(0)9 50 00 87 94 - [www.yogafestival.fr](http://www.yogafestival.fr) - [info@yogafestival.fr](mailto:info@yogafestival.fr)