



## Programmation du 12 au 15 juin 2025

### Jeudi 12 juin 2025

- 14h-16h Arrivée
- 17h Accueil à l'Oasis
- 18h Souper
- 20h30 Séance

### Vendredi 13 juin

- 7h Yoga vibratoire (respiration-mudra-sons et mouvements conscients)
- 8h30 Méditation
- 9h Déjeuner
- 10h30 Atelier : Intégrer le Yoga en thérapie-1
- 13h 00 Dîner
- 14h30 Temps libre
- 17h Yoga
- 18h30 Souper
- 20h30 Rencontre

### Samedi 14 juin

- 7h Yoga vibratoire en eau chaude
- 8h 30 Méditation marchée
- 9h Déjeuner
- 10h30 Intégrer le yoga en thérapie-2
- 13h Dîner
- 14h Temps libre
- 17h Somayog
- 18h30 Souper
- 20h30 Rencontre

### Dimanche 15 janvier

- 7h Yoga vibratoire
- 8h Méditation
- 8h30 Déjeuner
- 10h Rencontre
- 12h30 Dîner ensemble
- 13h à 18h Temps libre pour profiter des installations

L'horaire pourrait changer selon la météo du moment.

Nos activités auront lieu à la magnifique salle Dansereau de l'Oasis. Nous vous suggérons l'hébergement à l'Oasis.