

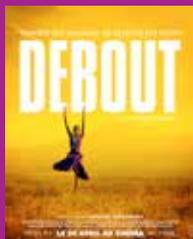
# Festi'Yoga

7<sup>e</sup> ÉDITION

## Le voyage intérieur... à la portée de tous, tout simplement !



### **DEBOUT** de Stephane Haskell Projection exceptionnelle et débat



**Ven 22.11 à 20h et sam 23.11 à 18h**

Salle l'Expo, rue Ernest Zégut à Gex - 2 €

À 40 ans, Stéphane Haskell, photographe reporter 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. Il se lance alors dans un voyage touchant, autour du monde, des couloirs de la mort aux USA, aux bidonvilles africains, à la rencontre de ceux qui ont renoué avec la vie grâce au yoga.

**Dimanche 24 novembre de 9h à 17h30**  
**Au gymnase de Gex, avenue des Alpes - Entrée 5 €**



## Le voyage intérieur ...à la portée de tous, tout simplement !

# Le programme

**GS** Grande salle | **PS** Petite salle | **CA** Cafétéria

9h00 : **GS** Ouverture de la journée

9h30 : **GS** Yoga Egyptien **Anne**

**PS** Vinyasa Yoga **Odile**

**CA** Méditation **Florence**

10h30 : **GS** Yoga Iyengar **Claudia**

**PS** Qi Gong **Florence**

**CA** Méditation guidée **Françoise**

11h30 : **GS** Lahore Nadi Yoga **Françoise**

**PS** Vinyasa doux - **Patrizia**

**CA** L'atelier des enfants de 5 à 10 ans **Laure**

12h30 : **Restauration indienne sur place**

14h00 : **GS** Yoga de Samara **Amèle & Christine**

**PS** Yoga nidra - méditation **Anne**

**CA** L'atelier des enfants de 5 à 10 ans **Laure**

15h00 : **GS** Mouvements Gurdjieff **Christian**

**PS** Feldenkreis **Catherine**

**CA** Hypno méditation **Anne Marie**

16h00 : **GS** Lou Yong Tao Tö Qi **Laure**

**PS** Yoga de l'énergie **Christine**

17h00 : **GS** Clôture

**Tout au long  
de la journée :**

**Massage  
des mains  
ou des pieds**

(sur inscription à l'accueil.  
Participation libre au profit  
d'une association)

Rendez-vous le  
24 novembre à 9h00 au  
**Gymnase de Gex,**  
avenue des Alpes à Gex

**Info/inscriptions :**

accueil@centreinflux.fr  
(Françoise Mazuir)

**Tarif : 5 €** la journée.

Prévoyez des vêtements  
chauds – Merci d'apporter  
tapis et shoggi (si vous  
en avez) – Restauration  
indienne sur place

**Avec le soutien  
de la ville de Gex**



*in'Flux*  
Centre Somadeva