

TANGO & YOGA
Du 29 Mai au 1er Juin 2025

	MATIN		APRÈS-MIDI		SOIRÉE			
Jeudi 29	Accueil des participants				17h30 - 18h30 Initiation au yoga Ouverte à tous*	19h Diner Concert Au Resto Bar	21h Initiation au tango Ouverte à tous*	22h Pratique libre Ouverte à tous DJ - Paskal
Vendredi 30	10h30 - 11h30 Hatha Yoga <i>Ancrage et pressions internes</i>	11h30 - 12h45 Tango <i>Appuis et équilibre</i>	13h Repas Au Rest'o Bar	16h - 17h15 Tango <i>Conscience corporelle pour améliorer son tango - 1</i>	17h30 - 18h45 Tango <i>Conscience corporelle pour améliorer son tango - 2</i>	19h30 Repas Au Rest'o Bar	21h Pratique libre Ouverte à tous DJ Paskal	
Samedi 31	11h30 - 12h30 Yin Yoga <i>Espaces intérieurs</i>	13h Brunch Au Rest'o Bar		15h30 - 16h45 Tango <i>De la marche au figures, aisance et technique - 1</i>	17h- 18h15 Tango <i>De la marche au figures, aisance et technique - 2</i>	19h30 Repas à l'auberge des pêcheurs	21h Milonga Ouverte à tous Démonstration - Sylvia & Dario DJ - Paskal	
Dimanche 1er	11h - 12h Yoga ** <i>Mouvements énergétiques et Nidra Yoga</i>	12h15 Brunch Au rest'o Bar		14h - 15h30 Tango Technique <i>Improvisation et musicalité</i>				

* Participation au chapeau

** En extérieur si le temps le permet.