

PROGRAMME ATELIERS 1^{ER} SEMESTRE 2026

Février

Atelier Yoga & Chakras – Chakra du cœur

- Dimanche 1er février 2026, 10h-12h30
- Salle du Tiers Lieu, Saint-Aquilin
- Tarif : 25 € (+ 2 € non-adhérent·e·s à l'association Le Cercle des Fées Mères)
- Approfondissement théorique et symbolique, postures, respiration et énergétique

Rituel de Tarot – Saint-Valentin

- Dimanche 15 février, 16h-18h
 - Salle du Tiers Lieu, Saint-Aquilin
 - Tarif : 20 € (abonnement 3 rituels = 50 €)
 - Amour de soi et relations conscientes.
-

Mars

Atelier Yoga & Ayurveda – Printemps

- Dimanche 8 mars 2026, 10h-12h30
- Salle du Tiers Lieu, Saint-Aquilin
- Tarif : 25 € (+ 2 € non-adhérent·e·s à l'association Le Cercle des Fées Mères)
- Un atelier pour accompagner le renouveau, stimuler la vitalité et s'harmoniser avec cette nouvelle saison selon les principes du Hatha Yoga et de l'Ayurveda.

Atelier Yoga & Chakras – Chakra de la gorge

- Dimanche 15 mars 2026, 10h-12h30
- Salle des Fêtes de Chantérac
- Tarif : 25 €
- Approfondissement théorique et symbolique, postures, respiration et énergétique

Rituel de Tarot – Équinoxe de Printemps

- Dimanche 22 mars, 16h-18h
 - Salle du Tiers Lieu, Saint-Aquilin
 - Tarif : 20 € (abonnement 3 rituels = 50 €)
 - Thème : Faire naître de nouveaux élans.
-

Avril

Journée Aux sources du Silence

- Dimanche 12 avril, 9h-17h
- Moulin de la Peyre, Saint Vivien (24)
- Tarif : 50 € / 60 € / 70 € (selon possibilités)
- Se débrancher du tumulte et revenir à soi : yoga, méditation, écriture, détente au bord de l'eau et temps au coin du feu. Gîte cocooning à Saint-Vivien (24), en pleine nature, au bord d'un ruisseau.
- En petit groupe (8 personnes) pour une expérience intime et profonde, avec repas partagé façon auberge espagnole. 🌿

Atelier Yoga & Chakras – Chakra du troisième œil

- Dimanche 19 avril 2026, 10h-12h30
 - Salle du Tiers Lieu, Saint-Aquilin
 - Tarif : 25 € (+ 2 € non-adhérent·e·s à l'association Le Cercle des Fées Mères)
 - Approfondissement théorique et symbolique, postures, respiration et énergétique
-

Mai

Voyage sonore

- Dimanche 31 mai, 11h-12h
 - Salle du Tiers Lieu, Saint-Aquilin (Escale Bien Être)
 - Tarif : 15 € (+ 2 € non-adhérent·e·s à l'association Le Cercle des Fées Mères)
 - Expérience immersive dans un univers de sons apaisants pour induire relaxation, harmonisation énergétique et méditation profonde. 🌈 🧘
-

Juin

Atelier Yoga & Ayurveda – Été

- Dimanche 7 juin 2026, 10h-12h30
- Salle du Tiers Lieu, Saint-Aquilin
- Tarif : 25 € non-adhérent·e·s à l'association Le Cercle des Fées Mères)
- Un atelier pour cultiver l'équilibre, la fluidité et la pleine présence durant cette période d'expansion, et s'harmoniser avec cette nouvelle saison selon les principes du Hatha Yoga et de l'Ayurveda.

Yoga Nidra

- Samedi 13 juin, 11h-12h
- Salle des Fêtes, Chantérac

- Tarif : 15 €
- Pratique du « sommeil conscient », le Yoga Nidra soulage stress et tensions, améliore le sommeil et éveille les forces d'auto-guérison. 🌙

Atelier Yoga & Chakras – Chakra coronal

- Dimanche 14 juin 2026, 10h-12h30
- Salle du Tiers Lieu, Saint-Aquilin
- Tarif : 25 € non-adhérent-e-s à l'association Le Cercle des Fées Mères)
- Approfondissement théorique et symbolique, postures, respiration et énergétique

Rituel de Tarot – Solstice d'Été

- Dimanche 21 juin, 17h-19h
- Salle des Fêtes, Chantérac
- Tarif : 20 € (abonnement 3 rituels = 50 €)
- Faire rayonner sa lumière.

Infos pratiques

- Lieux : Saint Aquilin (Salle du Tiers Lieu) & Chantérac (Salle des Fêtes)
- Contact et réservations : Nina Costa – 06 09 39 41 80