yogaloupe

Anzère Festival 2027 · 2e édition

COURS DU FESTIVAL

Pas de Maimbré

2363 m · Cours de 45 min

Horaire	Jeudi 1er juillet	Vendredi 2 juillet	Samedi 3 juillet	Dimanche 4 juillet
09:00 à 09:45	**Vinyasa** Alma	**Ashtanga** Ivan	**Hatha Yoga** Laurène	**Mix** Diana
10:00 à 10:45	**Hatha Yoga** Floriane	**Vinyasa** Noopur	**Rocket** Leila	**Vinyasa** Valérie
11:00 à 11:45	**Vinyasa** Geraldine	**Vinyasa** Louise	**Jivamukti** Yaiza	**Yin Yang** Megan
12:00 à 12:45		**Vinyasa** Aurélie	**Hatha Yoga** Sophie	**Vinyasa** Fanny & Ludmila
13:00 à 13:45	**Mix** Lidia	**Power Yoga** Viresh	**Vinyasa** Tifaine	**Yin Yang** Alice
14:00 à 14:45	**Hatha Yoga** Sabine	**Hatha Yoga** Caroline	**Kundalini** Ilona	**Yin Yang** Alexandra
15:00 à 15:45	**Vinyasa** Lior	**Vinyasa** Mégane	**Mix** Stéphanie P.	
16:00 à 16:45		**Hatha Yoga** Forrest	**Yin Yoga** Christelle	

Cours gratuits · inscription obligatoire sur **yogaloupe.com**

yogaloupe

Anzère Festival 2027 · 2e édition

COURS DU FESTIVAL

Le Tsalan *Terrasse*

1951 m · Cours de 60 min

Horaire	Jeudi 1er juillet	Vendredi 2 juillet	Samedi 3 juillet	Dimanche 4 juillet
09:15 à 10:15	**Vinyasa** Louise	**Vinyasa** Yaiza	**Vinyasa** Adriana	**Vinyasa** Mélanie
10:30 à 11:30	**Hatha Yoga** Sophie	**Vinyasa** Lior	**Hatha Yoga** Alexandra	**Restorative** Carolina
11:45 à 12:45	**Mix** Gian	**Yin Yang** Sofia	**Power Yoga** Matteo	**Rocket** Noëmi
13:00 à 14:00		**Vinyasa** Lea	**Yin Yang** Alice	**Vinyasa** Albert
14:15 à 15:15	**Yin Yoga** Aurélie	**Hatha Yoga** Floriane	**Vinyasa** Fanny & Ludmila	**Vinyasa** Stéphanie P.
15:30 à 16:30		**Vinyasa** Lidia	**Jivamukti** Vanessa	**Hatha Yoga** Caroline
16:45 à 17:45		**Vinyasa** Christelle	**Vinyasa** Gian	**Vinyasa** Mégane
18:00 à 19:00		**Mix** Viresh, Ivan & Noopur	**Yin Yoga** Amina	

Cours gratuits · inscription obligatoire sur **yogaloupe.com**

yogaloupe

Anzère Festival 2027 · 2e édition

COURS DU FESTIVAL

Le Tsalan *Intérieur*

1952 m · Cours de 60 min

Horaire	Jeudi 1er juillet	Vendredi 2 juillet	Samedi 3 juillet	Dimanche 4 juillet
09:15 à 10:15	**Vinyasa** Mégane	**Yin Yang** Alma	**Vinyasa** Valérie	**Hatha Yoga** Viresh
10:30 à 11:30	**Ashtanga** Amina	**Hatha Yoga** Julie	**Mix** Noopur	**Vinyasa** Géraldine
11:45 à 12:45		**Vinyasa** Alexandra	**Hatha Yoga** Caroline	**Hatha Yoga** Stéphanie F.
13:00 à 14:00		**Méditation** Fanny & Ludmila	**Vinyasa** Albert	**Yin Yoga** Alma
14:15 à 15:15	**Fascia** Selma	**Vinyasa** Gian	**Yoga Nidra** Nadine	
15:30 à 16:30		**Vinyasa** Stéphanie P.	**Yin Yoga** Megan	
16:45 à 17:45		**Yin Yang** Alice	**Hatha Yoga** Floriane	
18:00 à 19:00			**Méditation** Lidia	

Cours gratuits · inscription obligatoire sur **yogaloupe.com**

yogaloupe

Anzère Festival 2027 · 2e édition

COURS DU FESTIVAL

Les Rousses *Terrasse*

1500 m · Cours de 60 min

Horaire	Jeudi 1er juillet	Vendredi 2 juillet	Samedi 3 juillet	Dimanche 4 juillet
07:30 à 08:30			**Hatha Yoga** Lucien	
09:00 à 10:00	**Hatha Yoga** Julie	**Vinyasa** Tifaine	**Vinyasa** Clelia	**Hatha Yoga** Floriane
10:30 à 11:30	**Vinyasa** Lea	**Ashtanga** Amina	**Hatha Yoga** Forrest	**Jivamukti** Vanessa
12:00 à 13:00		**Fascia Yoga** Sophie	**Vinyasa** Mégane	**Hatha Yoga** Lucien
13:30 à 14:30	**Mix** Megan	**Vinyasa** Charlène	**Vinyasa** Alma	**Yin Yoga** Ivan
15:00 à 16:00		**Yoga Nidra** Nadine	**Vinyasa** Mélanie	**Hatha Yoga** Noopur
16:30 à 17:30		**Vinyasa** Albert	**Hatha Yoga** Carolina	**Vinyasa** Matteo
18:00 à 19:00			**Yin Yoga** Laurène	

Cours gratuits · inscription obligatoire sur **yogaloupe.com**

yogaloupe

Anzère Festival 2027 · 2e édition

ATELIERS DU FESTIVAL

La Boucielle *En forêt*

Au cœur de la forêt · Ateliers de 2 h

Horaire	Vendredi 2 juillet	Samedi 3 juillet	Dimanche 4 juillet
08:30 à 10:30	**Arm Balance Workshop: Build Strength, Confidence and Flight** Corbeau, pigeon volant et transitions : gagnez en force et en confiance pour décoller du sol, en jouant. Megan · Tous niveaux · Anglais	**YIN & FASCIA** **Au cœur de l'intelligence du corps** Découvrez les fascias puis plongez dans un Yin sensoriel, pour moins analyser et davantage ressentir. Charlène · Tous niveaux · Français	**Souffle de Vie (Prāṇāyāma & Kriyā)** De Nadi Shodhana à Kapalabhati, explorez comment le souffle nourrit votre énergie et votre présence. Ilona · Facile · Français
11:00 à 13:00	**Yoga Strength Lab** Des exercices ciblés pour gagner en force et en contrôle dans les équilibres, inversions et transitions. Leila · Tous niveaux · Français	**Atelier Inversion** Headstand, pincha, handstand : apprivoisez la peur et jouez avec l'équilibre, à votre rythme. Sofia · Tous niveaux · Français	**Les fondations de l'Ashtanga** Ujjayi, drishti, bandhas : revenez à l'essentiel pour une pratique plus consciente et plus stable. Amina · Tous niveaux · Français
13:30 à 15:30	**SO'HAM: Haṁsa Krama** Une séquence raffinée entre dynamisme de l'Ashtanga et longues tenues, profondément purifiante. Adriana · Intermédiaire · Anglais	**Roots of Yoga – Beyond the Āsana** Postures, prāṇāyāma, mantras et yoga nidra : un voyage aux racines indiennes du yoga. Viresh & Ivan · Tous niveaux · Français / Anglais	**Yoga et Ayurveda** Un voyage dans la sagesse millénaire de l'ayurveda, où mouvement, émotion et connaissance de soi se rencontrent. Lidia · Tous niveaux · Français
16:00 à 18:00	**Backbends** Comprenez et apprivoisez les extensions arrière, avec blocs et sangle, pour une belle sensation d'ouverture. Clelia · Intermédiaire · Français / Anglais	**Grand écart latéral - Hanumanasana** Un travail de mobilité progressif pour explorer le grand écart à votre rythme, sans jamais forcer. Louise · Intermédiaire · Français	**Voyage au cœur du fascia** Auto-massages puis pratique dynamique et douce pour régénérer le fascia et affiner la conscience du corps. Sophie · Tous niveaux · Français

Réservation sur **yogaloupe.com**