



















# YogiSki 2026

**PENSEZ ÉGALEMENT  
À CONSULTER LE PROGRAMME  
DES CENTRES SPORTIFS**  
Remember to check the schedule  
of sports centers

**i** Ateliers gratuits: inscription dans les Offices de Tourisme  
Ateliers payants: réservation en ligne sur [locationlesmenuires.com](http://locationlesmenuires.com)  
Free workshops: register at the Tourist Offices  
Paid workshops: book online at [locationlesmenuires.com](http://locationlesmenuires.com)

	VENDREDI 10 AVRIL	SAMEDI 11 AVRIL	DIMANCHE 12 AVRIL	LUNDI 13 AVRIL	MARDI 14 AVRIL	MERCREDI 15 AVRIL	JEUDI 16 AVRIL
8H00					<b>15h30 &gt; 22h30</b> <b>LES MENUIRES</b> <b>Rando raquettes /</b> <b>Yoga au Lac du Lou</b> ☞ Lac du Lou Claire Caucau > 30€ / pers. (repas inclus) > Accessible enfant dès 8 ans	<b>LES MENUIRES</b> <b>Réveil du Yogi</b> ☞ Départ Télécabine Pointe de la Masse à 7h50 > 30€ / pers. (montée Pointe de la Masse incluse) Axelle  	<b>9h00 &gt; 15h00</b> <b>SAINT-MARTIN</b> <b>Balade Yo-Gourmande</b> <b>Yoga et gourmandises</b> > 35€ / pers.
8H30	<b>LES MENUIRES</b> <b>Echauffement</b> ☞ Front de neige Croisette @mathilde.yogifit @theyoginist 			<b>LES MENUIRES</b> <b>Echauffement</b> ☞ Front de neige Croisette @mathilde.yogifit @theyoginist 	<b>LES MENUIRES</b> <b>Rando raquettes /</b> <b>Yoga au Lac du Lou</b> ☞ Lac du Lou Claire Caucau > 30€ / pers. (repas inclus) > Accessible enfant dès 8 ans	<b>LES MENUIRES</b> <b>Réveil du Yogi</b> ☞ Départ Télécabine Pointe de la Masse à 7h50 > 30€ / pers. (montée Pointe de la Masse incluse) Axelle  	
9H00			<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Yoga Vinyasa</b> @theyoginist 	<b>LES MENUIRES</b> <b>Yoga Vinyasa</b> @theyoginist 	<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Yoga Vinyasa</b> @theyoginist 	<b>LES MENUIRES</b> <b>Ski de fond en</b> <b>pleine conscience</b> ☞ Plan de l'Eau des Bruyères Elodie Hudry 	
9H30	<b>LES MENUIRES</b> <b>Atelier</b> <b>Les 7 Chakras</b> Axelle et Elodie					<b>LES MENUIRES</b> <b>Ski de fond en</b> <b>pleine conscience</b> ☞ Plan de l'Eau des Bruyères Elodie Hudry 	
10H00						<b>LES MENUIRES</b> <b>Atelier détente</b> <b>parent / enfant</b> > à partir de 2,5 ans Elodie Fournier	
10H30							
11H00	<b>LES MENUIRES</b> <b>Yoga Vinyasa</b> @theyoginist		<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Yin yoga</b> «Les micro-mobilités du dos» Marie Claire Merel	<b>LES MENUIRES</b> <b>Pulse - Danse</b> <b>bien-être</b> ☞ Devant l'espace Maurice Romanet	<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Yoga Morning Flow</b> <b>Réveil du corps</b> @mathilde.yogifit		
11H30							
12H00							
14H00							
14H30	<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Réflexologie</b> <b>plantaire</b> Julie Ferroux	<b>LES MENUIRES</b> <b>Yoga du froid</b> ☞ Plan de l'Eau des Bruyères Claire Philipczyk	<b>LES MENUIRES</b> <b>Marche</b> <b>méditative</b> ☞ Départ parking Brelin Elodie Hudry 	<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Yoga</b> <b>et gymnastique</b> <b>traditionnelle</b> <b>chinoise</b> Marie Claire Merel	<b>LES MENUIRES</b> <b>Réflexologie</b> <b>plantaire</b> Julie Ferroux	<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Respiration:</b> <b>Initiation à la</b> <b>méthode Wim Hoff</b> Garry Dumont	
15H00							
15H30							
16H00	<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Yoga étirements</b> <b>&amp; récupération</b> @mathilde.yogifit	<b>LES MENUIRES</b> <b>Voyage sonore</b> Alizée Huard 	<b>LES MENUIRES</b> <b>Atelier détente</b> <b>parent / enfant</b> > à partir de 2,5 ans Elodie Fournier	<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Yoga Hatha Flow</b> Alizée Huard	<b>LES MENUIRES</b> <b>Atelier d'ancrage</b> <b>énergétique</b> Elodie Hudry 	<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Yoga Hatha Flow</b> Alizée Huard	
16H30							
17H00							
17H30							
18H00	<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Yoga Iyengar</b> Geraldès Sophie	<b>LES MENUIRES</b> <b>Yoga</b> <b>Flow Énergie</b> <b>&amp; Mobilité</b> @mathilde.yogifit	<b>LES MENUIRES</b> <b>Yin Yoga</b> <b>Après-Ski</b> @mathilde.yogifit	<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Voyage sonore</b> Alizée Huard 	<b>LES MENUIRES</b> <b>Sophrologie</b> > possible avec les enfants Nadia Janik 		
18H30							
19H00							
19H30						<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Bar éphémère</b> <b>du Yoga</b> Salutation au soleil géante Bar à cocktails Show de danse contemporaine et cerceau aérien Concert de Saxophone et DJ	
20H00	<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Yoga</b> <b>«Spécial Ski»</b> Geraldès Sophie	<b>LES MENUIRES</b> <b>Chant de Mantras</b> Fanny Bille	<b>LES MENUIRES</b> <b>Voyage sonore</b> Alizée Huard 	<b>SAINT-MARTIN</b> <b>Yoga</b> <b>Flow Mobilité</b> <b>&amp; Ancrage</b> @mathilde.yogifit	<b>LES MENUIRES</b> <b>Yoga Dynamique</b> Manon Louis		
20H30							

