

YogiSki 2026

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



Ateliers gratuits: inscription dans les Offices de Tourisme
Ateliers payants: réservation en ligne sur locationlesmenuires.com
Free workshops: register at the Tourist Offices
Paid workshops: book online at locationlesmenuires.com

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

