

Mai à Juin 2026

Ateliers

PANDI PANDA YOGA 

ATELIERS

MAI 2026

INSTANT PRÉSENT



Vendredi 15.05
18h45-19h45
20h-21h30

Bain sonore &
Hamac |
Cercle Mantras

Samedi 16.05
14h à 15h30

Yoga Aérien Parent
Enfant
avec Miora

Samedi 16.05
16h30 à 18h30

Ancrer son guerrier :
1,2,3 & variations
avec Miora

Du Vendredi 29
au Dimanche
31 Mai

Stage Yoga au Lac
d'Aiguebelette
avec Miora & la cheffe Julie

Dimanche 24.05
14h-16h

Yoga Doux &
Dégustation
chocolat en pleine
conscience
avec Justine, Prof de Yoga
& Diététicienne

ATELIERS

JUIN 2026

LUMIÈRE



- Dimanche 21.06** Atelier Danse
17h-19h Aérienne
avec Noémie
- Samedi 27.06** Krav Maga
14h30-17h30 Apprendre la légitime
défense
avec Nathalie
- Dimanche 28.06** Introduction Série
14h-16h Intermédiaire
Astanga
avec Jeremie

Samedi 06.06
14h-15h30

Kobido, automassage
du visage & voyage
sonore
avec Aurélie, Maître
esthéticienne

Dimanche 07.06
18h30-19h30

Bain sonore &
Handpan
avec Antonino

Samedi 13.06
14h-16h

Initiation & découverte
bols sonores
avec Aurélia & Arnaud,
sonothérapeutes

Samedi 13.06
16h-18h

Voyage sonore aux
bols chantants
avec Aurélia & Arnaud,
sonothérapeutes

Dimanche 14.06
14h-16h

Atelier Chant
Harmonique
avec Aurélia & Arnaud,
sonothérapeutes

Samedi 20.06
14h30-17h30

Yoga Parent Enfant
1h30 4 à 7 ans
1h Bambins
avec Céline

Samedi 20.06
17h45-18h45

Yoga Nidra Suspendu
avec Céline

Dimanche 21.06
14h30-17h

Cultiver sa confiance
en soi sur le tapis (et
au-delà !)
Atelier Coaching avec
Delphine & yoga avec Miora

Self

confidence

Pandi Panda Yoga 

KRAV MAGA FÉMININ *Self defense*



Apprendre la légitime défense 🚬👤.

Tu as envie de te sentir plus forte,
plus en sécurité et capable de réagir
face aux situations du quotidien ?

Rejoins-nous pour un atelier
exceptionnel de Krav Maga pensé
PAR une femme POUR les femmes !

SAMEDI

27 JUIN

14H30-17H30

ATELIER VOYAGE SONORE

Kobido



👩‍🍳 ♀ Découvre l'art du Kobido, un massage japonais alliant douceur et efficacité pour un lift naturel du visage !

🎵 Prolonge par un voyage sonore aux bols tibétains pour une bulle de sérénité, harmonisant corps et esprit

avec Aurélie, Maître Esthéticienne

SAMEDI 6 JUIN

14H-15H30

CULTIVER SA CONFIANCE EN SOI



La pratique ne se limite pas au corps:
le mental joue un rôle essentiel!
Cet atelier, à 2 voix, t'invite à explorer
tes freins intérieurs pour retrouver
confiance et oser aller plus loin dans
ta pratique & au delà!
Au programme: 30 mn de Yoga &
2h de Coaching Mental

DIMANCHE
21 JUIN
14H30-17H

Envole

Foi

Pandi Panda Yoga 

ATELIER DANSE AÉRIENNE

Yoga



2 heures pour explorer la fluidité, de la légèreté & la confiance dans le mouvement grâce aux postures de yoga pratiquées dans le tissu.

avec Noémie

DIMANCHE

21 JUIN

17H-19H

ANCRE TON GUERRIER

Classique



1,2,3 Guerriers 🧘☀️!

Ces postures sont le fondement de nos pratiques de Yoga!
Viens plonger dans ces postures et les décortiquer pour que tu comprennes enfin ce que tu dois ressentir, t'amuser avec les variations et les accessoires!

SAMEDI

16 MAI

16H30-18H30

SÉRIE INTERMÉDIAIRE

Introduction



Viens découvrir les premières postures de la série intermédiaire de l'Ashtanga Yoga, une série qui vient contrebalancer la première série, avec des intentions différentes.
Pas besoin d'être un·e expert·e – tous les niveaux sont les bienvenus !

DIMANCHE
28 JUIN 2026
14H À 16H

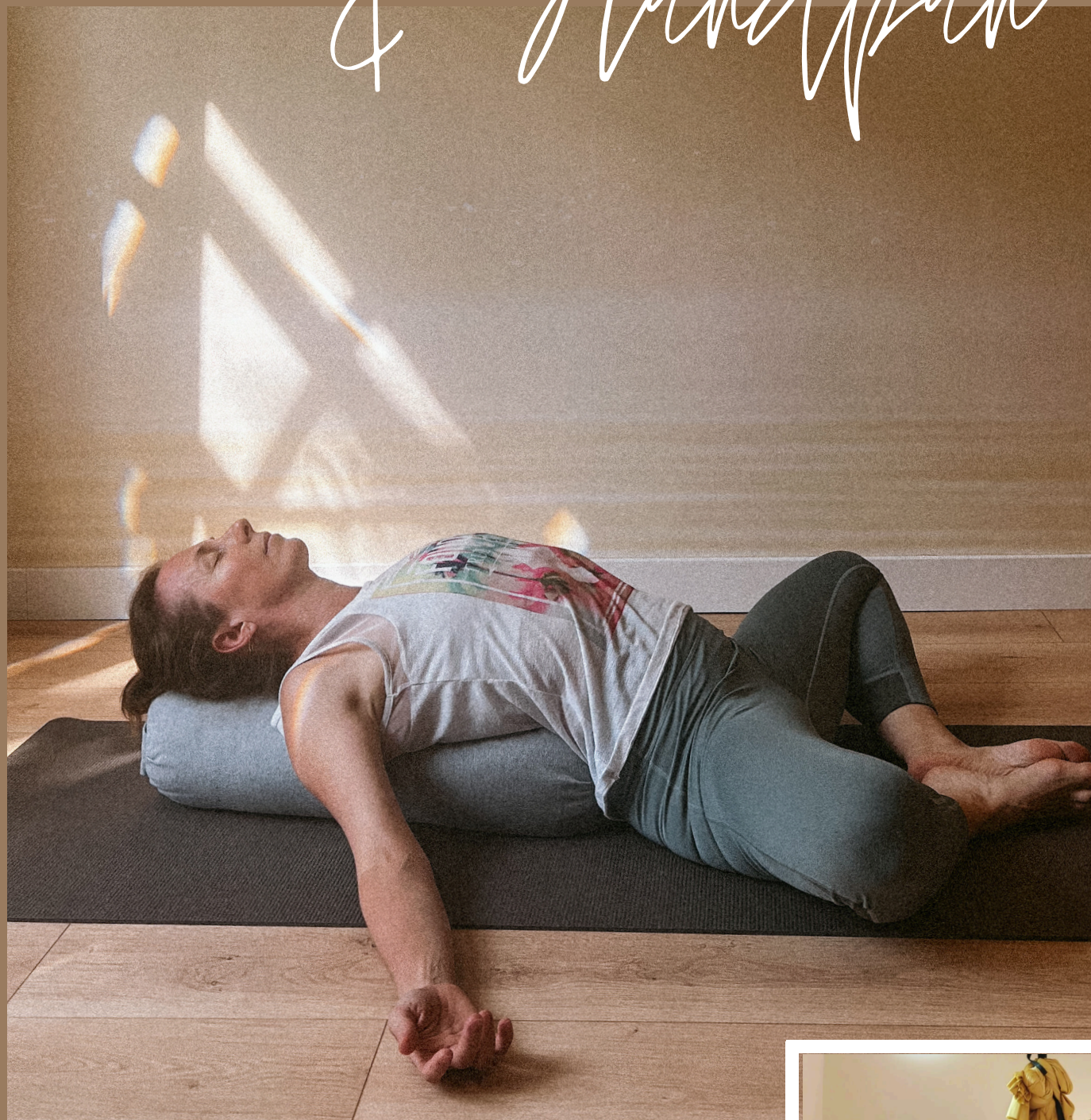
Aller

plus loin

Pandi Panda Yoga 

ATELIER YIN YOGA

& Handpan



Viens vivre une pratique immersive
douce avec les vibrations magiques
du Handpan d'Antonino

VENDREDI 19 JUIN 19H à 20H
30€ ou 2 crédits de cours



Bains *Gonogets*

AUX PORTES DES VIBRATIONS ✨

Bain sonore



VENDREDIS 19H-20H

26/06 | 24/07/2026

&

DIMANCHES 18H30-19H30

12/07/2026

15€ OU 1 CRÉDIT DE COURS

Embarque avec Antonino dans son voyage sonore, guidé par la magie des vibrations et des résonances puissantes et subtiles de ses instruments éthérés, comme la flûte native, l'euphone et handpan et d'autres compagnons de résonance.



AU SON D'INSTRUMENTS RARES
TAMBOUR, AUTOHARPE, HARMONIUM,
NGNONI

Concert Mantras

VENDREDI 15 MAI 2026
& SAMEDI 20 JUIN 2026
DE 20H À 21H30

CHANTS SACRÉS & MUSIQUES MÉDITATIVES



PANDI PANDA YOGA
268 RUE DU 4 AOUT
1789
69100 VILLEURBANNE
PARTICIPATION LIBRE
WWW.PANDIPANDAYOGA.COM

Amusez-
vous
Parents
Enfants

Pandi Panda Yoga 

PARENT-ENFANT AUTOMASSAGE

& bols tibétains



Un atelier ludique et apaisant

- pour apprendre à vous masser en famille, avec des techniques simples et adaptées aux enfants 🧒♀️❤️
 - s'initier aux bols tibétains pour une ambiance zen et joyeuse
- Animé par Aurélie, Maître Esthéticienne

DIMANCHE

31 MAI

14H30 - 15H30

PARENT BAMBIN

Yoga



Ensemble, vous pratiquerez des postures de yoga adaptées pour stimuler la motricité et leur créativité, tout en renforçant votre lien

15€ ou 1 credit de cours

SAMEDI 20 JUIN

16H30-17H30

PARENT ENFANT

Yoga



Partage un moment ludique & complice qui mélange des postures de Yoga & fait appel à l'imaginaire, pour les enfants de 4 à 7 ans

SAMEDI 20 JUIN

14H30-16H30

Escapades

Voys les mays



• SALLE LUMINEUSE •



• VISITE DES SALINS •

Stage de Yoga Aérien au bord de la mer à Aigues Mortes

DU 3 AU 5
JUILLET 2026

3 jours en Camargue pour t'envoler au Yoga Aérien, te baigner, explorer les salins et te faire chouchouter en tout petit groupe avec 2 profs et une cheffe privées tous passionnées!



• YOGA AERIEN •



• CHEFFE PRIVEE •



• PISCINE & PLAGE •



• BAIN SONORE •

Programme

550 € - 3 JOURS & 2 NUITS

VENDREDI 3 JUILLET 2026

- 10h : Arrivée
- 10h30-12h : Cercle d'ouverture & Yoga Aérien
- 12h30-16h Pique nique, visite des salins d'Aigues Mortes
- 18h-19h: Yoga Aérien Duo
- 19h: Diner
- 21h : Cercle de Mantras

SAMEDI 4 JUILLET 2026

- 9h-10h30: Yoga Aérien
- 10h30: Brunch
- 14h-17h: Yoga & Farniente sur la Plage de l'Espiguette
- 18h-19h : Yoga Aérien restauratif & bain sonore
- 19h30: Diner
- 21h: Cercle de Mantras

DIMANCHE 5 JUILLET 2026

- 9h-10h30: Yoga Aérien
- 11h: Brunch
- 13h30-14h30 : Yoga Aérien Danse
- 15h : Cercle de fermeture & départ



LES PLUS DU STAGE !

LIMITE A 8 ELEVES
4 REPAS INCLUS
2 PROFESSEURS CERTIFIES
YOGA AERIEN

*+ INFOS & INSCRIPTIONS

WWW.PANDIPANDAYOGA.COM

YOGAPANDIPANDA@GMAIL.COM

06.18.22.70.48



@MIO_BUGEISHA

@WILD_POSE_NOEMIE

@JULIETARRENE



• YOGA AVEC VUE •



• AU BORD DU LAC •

Stage de Yoga Aérien Lac de Naussac

9-10-11 OCT.
2026

3 jours pour te ressourcer, t'amuser et t'envoler avec des pratiques variées de Yoga Aérien au bord du Grand Lac de Naussac



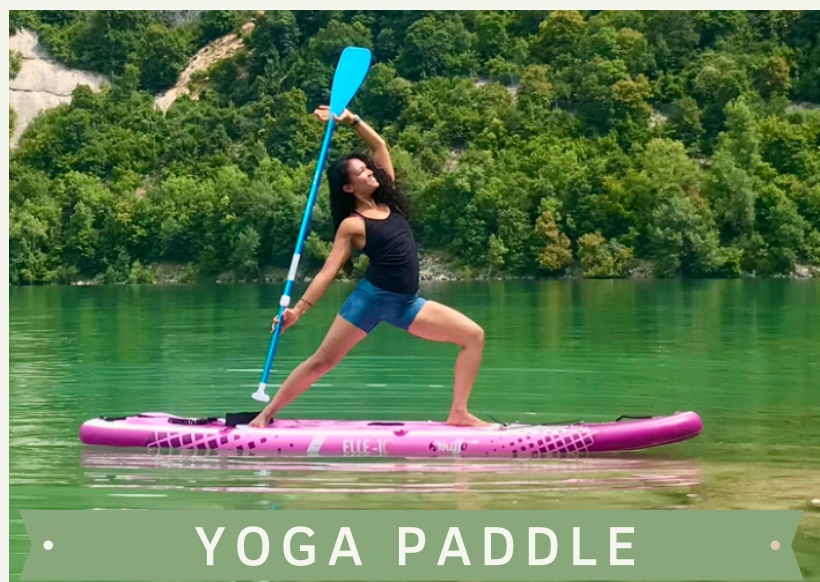
• YOGA AERIEN •



• BRUNCH & DINER •



• CHALET PRESTIGE •



• YOGA PADDLE •

Programme

550 € - 3 JOURS & 2 NUITS

VENDREDI 9 OCTOBRE 2026

- 10h : Arrivée
- 10h30-12h : Yoga Aérien Backbend
- 14h-15h30: Yoga Aérien Duo
- 15h30-19h : Temps libre
- 19h: Diner
- 21h : Cercle de Mantras

SAMEDI 10 OCTOBRE 2026

- 9h-10h30: Yoga Aérien Equilibre
- 10h30 : Brunch
- 14h-16h: Initiation Yoga Paddle & Balade
- 16h-19h : Temps libre
- 19h: Massage Yoga Aérien en duo
- 20h30: Soirée Raclette & Jeux de sociétés



DIMANCHE 11 OCTOBRE 2026

- 9h-11h: Yin & Yang | Power Vinyasa & Yoga Aérien
restauratif
- 11h: Brunch
- 14h-15h: Bain sonore Aérien
- 16h : Cercle de fermeture & Départ

LES PLUS DU STAGE !

LIMITE A 12 ELEVES
4 REPAS INCLUS
MASSAGES EN SUPPLEMENT
2 PROFESSEURS CERTIFIES
YOGA AERIEN

*+ INFOS & INSCRIPTIONS

WWW.PANDIPANDAYOGA.COM

YOGAPANDIPANDA@GMAIL.COM

06.18.22.70.48



@MIO_BUGEISHA

@WILD_POSE_NOEMIE