



Planning Festival du vivant 2026 semaine 1

		Samedi	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		11/07	12/07	13/07	14/07	15/07	16/07	17/07	18/07
08h30/09h30			Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire
09h30/10h		Cercle matinal santé et bonnes pratiques	Cercle matinal santé et bonnes pratiques	Cercle matinal santé et bonnes pratiques	Cercle matinal santé et bonnes pratiques	Cercle matinal santé et bonnes pratiques	Cercle matinal santé et bonnes pratiques	Cercle matinal santé et bonnes pratiques	Cercle matinal santé et bonnes pratiques
10h/11h		Atelier de la bonne humeur Zineb Réghay	Atelier	Atelier Florian Gomet	Atelier Respirations hyper-oxygénantes (Type Wim Hof et Toumo) Zineb Réghay	Atelier Florian Gomet	Atelier	Activités libres et Accueil des participants semaine 2	
11h/12h									
12h/13h	ACCUEILENTISTRATION DES PARTICIPANTS	Jus de légumes	Jus de légumes	Jus de légumes	Jus de légumes	Jus de légumes	Jus de légumes	Jus de légumes	Jus de légumes
13h/14h		Temps doux et partages	Temps doux et partages	Temps doux et partages	Temps doux et partages	Temps doux et partages	Temps doux et partages	Temps doux et partages	Temps doux et partages
14h/15h		Consultations individuelles	Consultations individuelles	Consultations individuelles	Consultations individuelles	Consultations individuelles	Consultations individuelles	Consultations individuelles	Consultations individuelles
15h/16h		Cercle de bienvenue Réunion d'accueil	Sortie culturelle, thermes ou baignade base nautique	Sieste musicale Zineb Réghay	Atelier Reprise alimentaire et conseils nutritionnels (bonnes pratiques, astuces,...) Zineb Réghay	Atelier Jus de légumes. Bienfaits, préparation et idées de recettes. Zineb Réghay	Sortie culturelle, thermes ou baignade base nautique	Activités libres	
16h/17h		Balade & Découverte de la Ferme des filles							
17h/18h		Activités libres	Activité ouverte (hors salle de pratique)	Activité ouverte	Activité ouverte	Activité ouverte	Activité ouverte	Activité ouverte ou Atelier Crusine (Max 6 pers)	
18h/19h		Présentation de la boutique Nature & Partage							
19h/20h		Jus de légumes	Jus de légumes	Jus de légumes	Jus de légumes	Jus de légumes	Photo de groupe Jus de légumes	Jus de légumes	Jus de légumes Repas crusine
20h/21h		Activités libres Jeux de société	Activités libres Jeux de société	Activités libres Jeux de société	Activités libres Jeux de société	Activités libres Jeux de société	Activités libres Jeux de société	Activités libres Jeux de société	Activités libres Jeux de société
21h/22h		Soirée conviviale	Soirée Cinéma	Soirée conviviale	Soirée conviviale	Soirée conviviale	Soirée conviviale	Soirée dansante	Soirée conviviale

Planning susceptible de modification



Planning Festival du vivant 2026 semaine 2

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	19/07	20/07	21/07	22/07	23/07	24/07	25/07
08h30/09h30	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire
09h30/10h	Cercle matinal santé et bonnes pratiques	Cercle matinal santé et bonnes pratiques	Cercle matinal santé et bonnes pratiques	Cercle matinal santé et bonnes pratiques	Cercle matinal santé et bonnes pratiques	Cercle matinal santé et bonnes pratiques	Cercle matinal santé et bonnes pratiques
10h/11h	Atelier de la bonne humeur Zineb Réghay	Visite producteur	Atelier Respirations hyper- oxygénantes (Type Wim Hof et Toumo)	Atelier	Atelier Voyage hypnotique Zineb Réghay	Atelier	Libération des chambres
11h/12h							
12h/13h	Jus de légumes Repas de fruits	Jus de légumes Repas de fruits	Jus de légumes Repas de fruits	Jus de légumes Repas de fruits	Jus de légumes Repas de fruits	Jus de légumes Repas de fruits	Jus de légumes Repas de fruits
13h/14h	Temps doux et partages Consultations individuelles	Temps doux et partages Consultations individuelles	Temps doux et partages Consultations individuelles	Temps doux et partages Consultations individuelles	Temps doux et partages Consultations individuelles	Temps doux et partages Consultations individuelles	
14h/15h	Cercle de bienvenue Réunion d'accueil	Atelier Jus de légumes. Bienfaits, préparation et idées de recettes.	Sortie culturelle, thermes ou baignade base nautique	Atelier Reprise alimentaire et conseils nutritionnels (bonnes pratiques, astuces,...)	Sortie culturelle, thermes ou baignade base nautique	Descente du Ciron en canoé	
15h/16h	Balade & Découverte de la Ferme des filles						
16h/17h	Activité ouverte ou Atelier Crusine (Max 6 pers)	Présentation de la ferme et Atelier Crusine (Max 6 pers)	Activité ouverte ou Atelier Crusine (Max 6 pers)	Activité ouverte ou Atelier Crusine (Max 6 pers)	Activité ouverte (hors salle de pratique) ou Atelier Crusine (Max 6 pers)		
17h/18h	Activités libres	Conférence	Conférence Zineb Réghay Fatigue, hypothyroïdie, burn out	Conférence	Cercle de parole		
18h/19h	Présentation de la boutique trouver un autre nom						
19h/20h	Jus de légumes Repas crusine	Jus de légumes Repas crusine	Jus de légumes Repas crusine	Jus de légumes Repas crusine	Jus de légumes Repas crusine	Jus de légumes Repas crusine	
20h/21h	Activités libres Jeux de société	Activités libres Jeux de société	Activités libres Jeux de société	Activités libres Jeux de société	Activités libres Jeux de société	Activités libres Jeux de société	
21h/22h	Soirée Cinéma	Soirée conviviale	Soirée conviviale	Soirée conviviale	Soirée conviviale	Soirée dansante	

Planning susceptible de modification