



Planning Festival des fruits du soleil 2023 semaine 1

		Samedi	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
		15/07	16/07	17/07	18/07	19/07	20/07	21/07	22/07	
08h45/09h30	A C C U E I L E T I N S T A L L A T I O N D E S P A R T I C I P A N T S	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	
09h30/10h		Echange autour de la santé et bonnes pratiques	Echange autour de la santé et bonnes pratiques	Echange autour de la santé et bonnes pratiques	Echange autour de la santé et bonnes pratiques	Echange autour de la santé et bonnes pratiques	Echange autour de la santé et bonnes pratiques	Echange autour de la santé et bonnes pratiques	Echange autour de la santé et bonnes pratiques	
10h/11h		Temps libre pour visiter le lieu, repérer les espaces.	Atelier Zenstretching et Do-In relaxation Céline Le Graciet (Min. 10 pers) 10€	Visite d'un producteur La spiruline des frangines	Atelier Relaxation profonde et voyage sonore au bol de cristal Zineb Réghay	Atelier du mouvement eutonique Catherine Wittier	Atelier respirations hyper- oxygénantes (Type Wim Hof et Toumo)	Propositions musicales matinales Stéphane		
11h/12h										
12h/13h		Balade autour du domaine avec Bernard Clavière Visite au grand chêne, forêt de bambous, étang, forêt vierge	Jus de légumes Temps doux et soins d'hygiène vitale. Consultations individuelles	Jus de légumes Temps doux et soins d'hygiène vitale. Consultations individuelles	Jus de légumes Temps doux et soins d'hygiène vitale. Consultations individuelles	Jus de légumes Temps doux et soins d'hygiène vitale. Consultations individuelles	Jus de légumes Temps doux et soins d'hygiène vitale. Consultations individuelles	Jus de légumes Temps doux et soins d'hygiène vitale. Consultations individuelles	Jus de légumes Temps doux et soins d'hygiène vitale. Consultations individuelles	
13h/14h										
14h/15h		Mot de bienvenue Réunion d'accueil Bernard, Zineb et Stéphane	Sortie baignade Base nautique de Fontet	Fasciathérapie Anne Monfériér	Atelier de Communication Non Violente (Niveau 1) François Walle	Atelier Jus de legumes. Bienfaits, préparation et idées de recettes. Zineb Réghay	Sortie baignade Casteljaloux... (Hors pass)	Activités libres		
15h/16h		Mieux respirer avec le bol d'air Jacquier et mieux vivre avec la biorésonance ZViololne								
16h/17h		Yu-Ma-Long Loonis	Activité ouverte	Activité ouverte	Activité ouverte	Activité ouverte	Activité ouverte	Activité ouverte	Activité ouverte	
17h/18h		Tisane d'accueil	Conférence Bernard Clavière : "Démédicalise r sa vie grâce aux moyens naturels de santé"	Cercle de parole	Conférence Zineb Réghay : "Alimentation vivante, alimentation consciente. Se reconnecter au bon sens"	Don du pardon Pascal Bernagaud 10€	Conférence Bernard Clavière : "Le moyen de santé le plus important - dont on ne parle jamais"	Conférence Christian Loizeau	Activités libres	
18h/19h	Cercle de présentation avec Bernard Clavière									
19h/20h	Jus de légumes Activités libres	Jus de légumes Activités libres	Jus de légumes Activités libres	Jus de légumes Activités libres	Jus de légumes Activités libres	Jus de légumes Activités libres	Jus de légumes Activités libres	Jus de légume		
20h/21h	Jeux de société	Jeux de société	Jeux de société	Jeux de société	Jeux de société	Jeux de société	Jeux de société	Activités libres Jeux de société		
21h/22h	Sungazing Soirée conviviale autour du feu	Sungazing Soirée Cinéma	Sungazing Soirée conviviale autour du feu	Sungazing Soirée conviviale autour du feu	Sungazing Soirée conviviale autour du feu	Sungazing Soirée musicale	Sungazing Soirée conviviale autour du feu	Sungazing Soirée conviviale autour du feu		



Planning Festival des fruits du soleil 2023 semaine 2

	Dimanche 23/07	Lundi 24/07	Mardi 25/07	Mercredi 26/07	Jeudi 27/07	Vendredi 28/07	Samedi 29/07
08h45/09h30	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire	Yoga Eveil musculaire
09h30/10h	Echange autour de la santé et bonnes pratiques	Echange autour de la santé et bonnes pratiques	Echange autour de la santé et bonnes pratiques	Echange autour de la santé et bonnes pratiques	Echange autour de la santé et bonnes pratiques	Echange autour de la santé et bonnes pratiques	Echange autour de la santé et bonnes pratiques
10h/11h	Atelier Zenstretching et Do-In relaxation Céline Le Graciet	Atelier respirations hyper-oxygénantes (Type Wim Hof et Toumo)	Atelier Jus de légumes. Bienfaits, préparation et idées de recettes.	Visite de producteur	Atelier Relaxation profonde et voyage sonore au bol de cristal	Rencontre avec Elhadj Maouli ONG AMADAL AMAGAL	Réception et répartition des fruits
11h/12h	(Min. 10 pers) 10€	Zineb Réghay	Zineb Réghay	Exploitation Gilles Despeyroux à Gans	Zineb Réghay	Autonomie alimentaire et éducation au Niger	
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	Repas de fruits
13h/14h	Temps doux et soins d'hygiène vitale. Consultations individuelles	Temps doux et soins d'hygiène vitale. Consultations individuelles	Temps doux et soins d'hygiène vitale. Consultations individuelles	Temps doux et soins d'hygiène vitale. Consultations individuelles	Temps doux et soins d'hygiène vitale. Consultations individuelles	Temps doux et soins d'hygiène vitale. Consultations individuelles	
14h/15h	Activités libres	Reprise alimentaire (bonnes pratiques, astuces,...) Zineb Réghay	Balade autour de l'Oasis	Atelier de Communication Non Violente (Niveau 2)	Sortie Canoé (16€ : Hors pass)	Sortie baignade Base nautique de Fontet	
15h/16h				François Walle			
16h/17h	Activité ouverte	Activité ouverte	Activité ouverte	Activité ouverte	Activité ouverte	Activité ouverte	
17h/18h	Activités libres	Conférence Mimi et Jacky	Conférence Mimi et Jacky	Conférence Zineb Réghay : Hormèse, comment augmenter sa vitalité par le froid, le jeûne, la respiration, le sport.	Conférence Bernard Clavière : "Démédicaliser sa vie grâce aux moyens naturels de santé"	Cercle de parole	
18h/19h		Alimentation Physiologique et sport	Nettoyage et performance				
19h/20h	Jus de légumes	Jus de légumes	Jus de légumes	Jus de légumes	Jus de légumes	Jus de légumes	Repas cuisine
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	Sungazing Soirée Cinéma	Sungazing Soirée conviviale autour du feu	Sungazing Soirée conviviale autour du feu	Sungazing Soirée conviviale autour du feu	Sungazing Soirée musicale	Sungazing Soirée conviviale autour du feu	