

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

	VENREDI 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 Cauca > 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 30'			LES MENUIRES Echauffement 📍 Front de neige Croisette @mathilde.yogifit @theyoginist 30'			
9H00			SAINT-MARTIN Yoga Vinyasa @theyoginist 1h	LES MENUIRES Yoga Vinyasa @theyoginist 1h	SAINT-MARTIN Yoga Vinyasa @theyoginist 1h	LES MENUIRES Ski de fond en pleine conscience 📍 Plan de l'Eau des Bruyères Elodie Hudry 🇬🇧	
9H30	LES MENUIRES Atelier Les 7 Chakras Axelle et Elodie 2h						
10H00							
10H30	🇬🇧						
11H00	LES MENUIRES Yoga Vinyasa @theyoginist 1h		SAINT-MARTIN Yin yoga «Les micro-mobilités du dos» Marie Claire Merel 1h	LES MENUIRES Pulse - Danse bien-être 📍 Front de neige Croisette 1h30	SAINT-MARTIN Yoga Morning Flow Réveil du corps @mathilde.yogifit 1h15	LES MENUIRES Atelier détente parent / enfant > à partir de 2,5 ans Elodie Fournier 1h	
11H30							
12H00							
14H00							
14H30	SAINT-MARTIN Réflexologie plantaire Julie Ferroux 1h15	LES MENUIRES Yoga du froid 📍 Plan de l'Eau des Bruyères Claire Philipczyk 2h	LES MENUIRES Marche méditative 📍 Départ parking Brelin Elodie Hudry 1h15	SAINT-MARTIN Yoga et gymnastique traditionnelle chinoise Marie Claire Merel 1h	LES MENUIRES Réflexologie plantaire Julie Ferroux 1h15	SAINT-MARTIN Respiration: Initiation à la méthode Wim Hoff Garry Dumont 1h15	
15H00		🇬🇧	🇬🇧				
15H30							
16H00	SAINT-MARTIN Yoga étirements & récupération @mathilde.yogifit 1h15	LES MENUIRES Voyage sonore Alizée Huard 1h15	LES MENUIRES Atelier détente parent / enfant > à partir de 2,5 ans Elodie Fournier 1h	SAINT-MARTIN Yoga Hatha Flow Alizée Huard 1h15	LES MENUIRES Atelier d'ancrage énergétique Elodie Hudry 1h15	SAINT-MARTIN Yoga Hatha Flow Alizée Huard 1h15	
16H30		🇬🇧			🇬🇧		
17H00							
17H30							
18H00	SAINT-MARTIN Yoga Iyengar Geraldès Sophie 1h15	LES MENUIRES Yoga Flow Énergie & Mobilité @mathilde.yogifit 1h15	LES MENUIRES Yin Yoga Après-Ski @mathilde.yogifit 1h15	SAINT-MARTIN Voyage sonore Alizée Huard 1h15	LES MENUIRES Sophrologie > possible avec les enfants Nadia Janik 1h30		
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 1h15	LES MENUIRES Chant de Mantras Fanny Bille 1h	LES MENUIRES Voyage sonore Alizée Huard 1h15	SAINT-MARTIN Yoga Flow Mobilité & Ancrage @mathilde.yogifit 1h15	LES MENUIRES Yoga Dynamique Manon Louis 1h		
20H30			🇬🇧				

