

Programmation de la journée mondiale du Yoga

Organisée le 21 juin 2018, sous l'égide de la Mairie de Saint Denis et du Consulat Général de L'Inde au Jardin de la Trinité.

Thème principal : «YOGA et SPORT»

Manifestation collective

8h30 : Arrivée des élèves, distribution des tee shirts, placement des élèves.

9h : Ouverture de la journée : Présentation du programme, par Régine ARMOUDOM de l'ARRCC, professeur de Yoga dans les écoles de la commune de Saint Denis.
Discours du Maire de Saint Denis, Monsieur Gilbert ANNETTE,
Discours de M. le Consul Général de l'Inde Paul BAPU.

9h45 : Salutation au soleil (Surya Namaskar) Pratique collective, qui concerne tous les élèves, tous les parents présents, les amateurs et tous les membres des différentes associations de yoga présentes, animée par le professeur de Yoga, Tanuja de l'association LA CEVIF.

10h15: Personnes en situation de handicap – séance de yoga animée par le professeur Laurence RIVIERE.

10h30 : Démonstration du yoga artistique et acrobatique par l'association STYM YOGA. Professeur Acharya NILAMEGAM.

10h45 : Yoga du rire – Séance animée par le professeur Kumar SURENDER.

11h00 : Départ des scolaires.

11h15 : Yoga Sport et Nutrition – Professeur de Yoga, Lysiane BONNET.

12h00 : Gilles LENY – Association Espace Culturel et Social du Koyil de Saint Denis.

12h15 : Bhakti Yoga : chants dévotionnels en sanskrit.

13h00 : Séance de Sahaja Yoga : « Qu'est-ce que la Param-Chaïtanya », animé par Catherine POIREL, de l'association « Sahaja Yoga ».

13h30 : - Pranayama, Communication Celeste du Kundalini Yoga –
Professeur de Yoga, psychologue, Christyan LESOUEF, de l'association « Réunion -
Méditation »

- Yoga et Sport – Atelier pour les scolaires - Professeur de Yoga Tanguy MOSELLE

- Yoga Danse – Atelier pour les scolaires - Professeur de Yoga Lysiane BONNET.

14h30 : Yoga et Sport - Professeur de Yoga, Mathieu BURKMAN ; Vinyoga de
Desikachar : présentation orale, suivie d'une courte pratique.

15h00 : Conférence donnée par le Swami Advayananda Sarasvati, de l'Ashram du
Port. Thème : « Jnana Yoga ou Yoga de la connaissance ».

16h00 : Séance de méditation (Dhyana) par le professeur de Yoga, Vally SHERALY.

17h00 : Yoga Acrobatique pour les sportifs par le Professeur Acharya NILAMEGAM.

17h30 : - Yoga Nidra par le professeur de Yoga Tanuja de l'association LA CEVIF

- Yoga du Rire par le professeur Kumar SURENDER

- Séance de Raja-Yoga : méditation, par l'association « Raja-Yoga Réunion » .

**Programme entièrement offert par la Mairie de Saint Denis et le
Consulat Général de l'Inde, organisé par Régine ARMOUDOM,
membre du Comité de l'ARRCC, professeur de Yoga, dans les écoles
primaires et élémentaires de la Commune de Saint Denis.**