



**PORTES OUVERTES : week-end du 3 & 4 Octobre 2026**  
**Entrée Libre**

2 journées pour découvrir le lieu, rencontrer les intervenants et expérimenter différentes pratiques psycho corporelle autour du mouvement, du corps, de la relation, de la méditation et de l'eau.

**SAMEDI 3 OCTOBRE**

**10h – 11h30 | Danse de la Joie et de la Paix**

*Avec Marine Flahault*

Un temps de danse accessible à tous, pour faire vivre concrètement la paix, l'unité et la fraternité par le chant et le mouvement. Une pratique collective inspirée des danses de la Paix universelle.

**12h – 13h | Espace repas partagé**

Un moment convivial et informel pour déjeuner ensemble, rencontrer les intervenants et découvrir l'esprit du Mas des Peyres. Chacun peut apporter quelque chose à partager.

**14h – 17h | Méditation aquatique & découverte du Janzu**

*Avec Justine et Chloé Aymé*

Dans une eau chaude, une invitation à découvrir différentes approches de méditation aquatique, du Janzu et du Rebozo. Flottaison, respiration, mouvement, immobilité, écoute et lâcher-prise. Sessions découvertes en duo de 30mn, maximum 8 personnes.

**Accueil et visites du lieu avec Nathanaël Faivre**

**17h – 18h30 | Hatha Yoga & Chants**

*Avec Clarisse Souberbielle et Audrey Charras*

Une pratique mêlant postures, respiration, présence et chants. Un temps pour revenir au corps, ralentir et expérimenter la complémentarité entre yoga, souffle et vibration de la voix.

**19h – 20h | Repas partagé & présentation de l'association**

Un temps d'échange pour découvrir le projet, les activités proposées au Mas des Peyres et celles et ceux qui le font vivre.

**20h – 21h30 | Flow Energy Dance**

*Avec Élodie Leclercq*

Cette approche invite progressivement à quitter les mouvements habituels, à écouter les sensations et à laisser le corps trouver sa propre expression. Quitter le mental pour revenir au corps, bouger, ressentir

## **22h | Chants médecine & Danses**

*Avec Marine Falhault, Audrey Charras et Clarisse*

Pour terminer la journée ensemble autour de la voix, du rythme et du mouvement. Un espace collectif et chaleureux où chants et danses deviennent des supports de rencontre, de partage et de célébration en passant par l'Inde, l'Amérique du Sud et l'Asie .

## **DIMANCHE 4 OCTOBRE**

### **10h – 11h30 | Conférence Atelier - Constellations familiales**

*Avec Laurent Geoffroy*

Une découverte des constellations familiales à travers une conférence Atelier.

Présentation de l'approche et mise en situation. Une manière d'observer autrement les liens, les places et les dynamiques qui peuvent traverser une famille ou un système.

### **12h – 13h | Espace repas partagé**

Un déjeuner convivial pour poursuivre les rencontres et les échanges.

### **13h30 – 15h | Chants mantra et initiation danse indienne**

*Avec Audrey Charras et Léa Favre*

### **15h00 – 16h30 | Biodanza**

*Avec Gisèle Bregliano*

Une invitation à entrer dans la **vivencia**, une expérience pleinement vécue dans l'instant, à travers la musique, le mouvement et la rencontre.

La Biodanza propose une succession de danses et de situations de mouvement, seul, à deux ou en groupe, favorisant l'expression spontanée, la vitalité, le plaisir du mouvement, l'affectivité et la connexion aux autres.

@ Marine, @Nathanaël et Chloé , @Elodie leclercq, @Clarisse, @Audrey, @Léa Favre, @Laurent Geoffroy, @Gisèle

Vous serez accueillis par la tribu : Michaëla, Ismaël, Eva, Neilia, André Faivre, Laurent Chirié...

Stands et accompagnement sur les différents espaces.