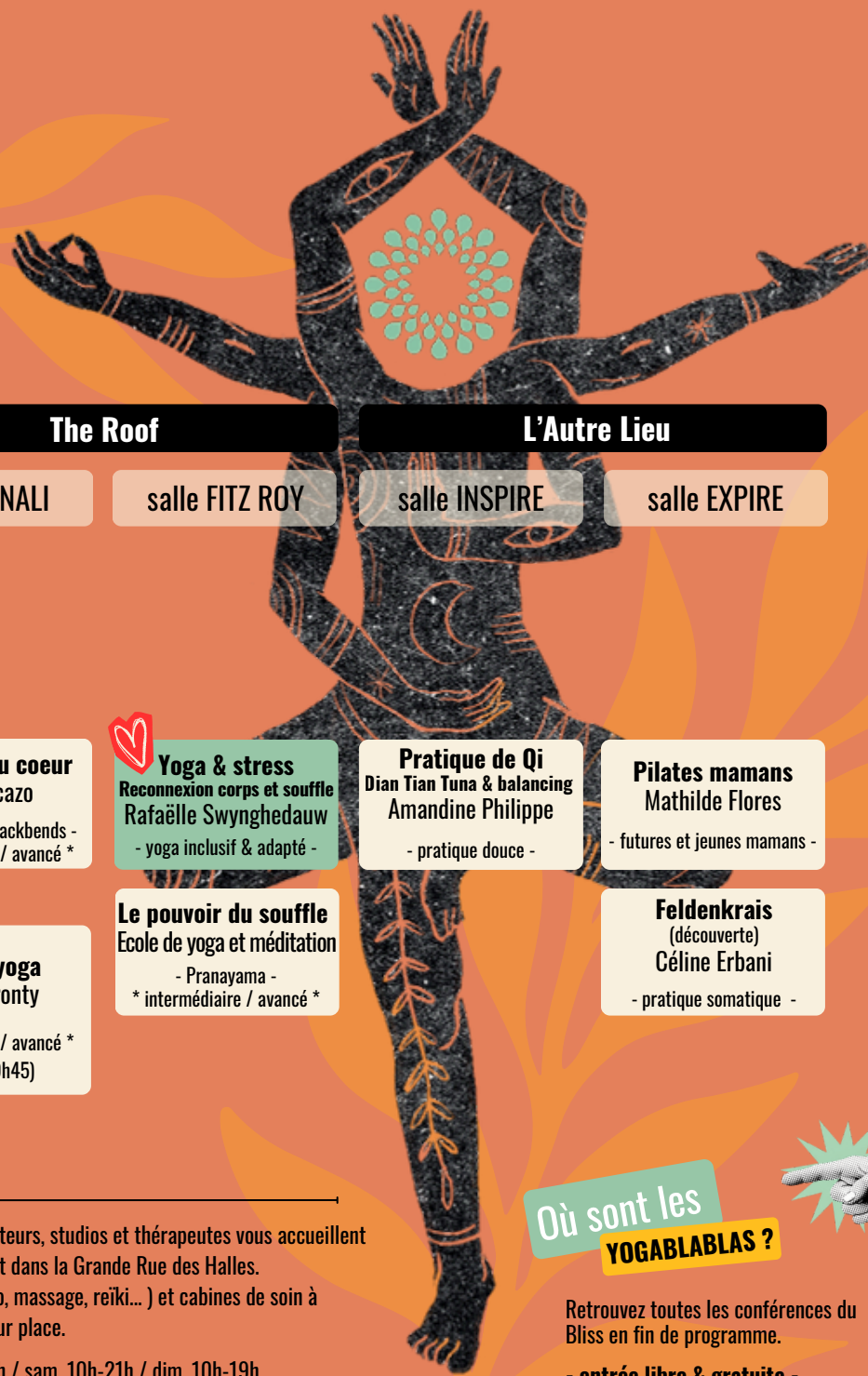


PROGR'ÂME

BLISS YOGA FESTIVAL

Toulouse 1ère édition - 19 au 21 juin 2026



Halles de la Cartoucherie

salle FORUM

salle DANSE

salle ESQUIROL

The Roof

salle DÉNALI

salle FITZ ROY

L'Autre Lieu

salle INSPIRE

salle EXPIRE

CÉRÉMONIE D'OUVERTURE DU BLISS (salle Forum)

14:30



Cérémonie cacao sacré & Kirtan



Laura Merchez, Gaëlle Jarton & Surya

16:00

16:30

Soma prana flow Anne Francin

- yoga vinyasa lunaire -

ATELIER Le feu du coeur Caroline Benézet

- Kundalini yoga -

Le souffle du coeur Anna Picazo

- hatha flow & backbends -
* intermédiaire / avancé *



Yoga & stress Reconnexion corps et souffle Rafaëlle Swynghedauw

- yoga inclusif & adapté -

Pratique de Qi Dian Tian Tuna & balancing Amandine Philippe

- pratique douce -

Pilates mamans Mathilde Flores

- futures et jeunes mamans -

17:30

18:00

18:30

19:00

19:30

21:00

Feel the pulse Ombeline Sibuet Combettes & Max Galina

- yoga danse & DJ live -



LILÂM



Warrior yoga Louise Fronty

* intermédiaire / avancé *
(18h30-19h45)

Le pouvoir du souffle Ecole de yoga et méditation

- Pranayama -
* intermédiaire / avancé *

Feldenkrais (découverte) Céline Erbani

- pratique somatique -

LÉGENDE :

Pratiques tous niveaux

*sauf indication contraire *

cours (1h/1h30)

ateliers (2h)

cours inclusif

Karma Yoga

Musique live

Kids

Kirtan



55 stands d'artisans, créateurs, studios et thérapeutes vous accueillent à La Cabane (entrée Sud) et dans la Grande Rue des Halles. + **Corner bien-être** (tattoo, massage, reiki...) et cabines de soin à L'Autre Lieu. Réservation sur place.

Horaires : vendredi 14h-19h / sam. 10h-21h / dim. 10h-19h
- entrée libre & gratuite -

Où sont les
YOGABLAS ?

Retrouvez toutes les conférences du Bliss en fin de programme.

- entrée libre & gratuite -

Halles de la Cartoucherie

The Roof

L'Autre Lieu

Place Nord

salle FORUM

salle DANSE

salle ESQUIROL

salle DÉNALI

salle FITZ ROY

salle INSPIRE

salle EXPIRE

place de la Charte des libertés communales

10:00

Atelier
Vinyasa chamanique
Anouk Corolleur
- yoga & voyage au tambour -

Atelier
Fascias & posture
Intégrité dans la relation à soi et à l'autre
Sébastien Janvier
- Exploration somatique -

Purification & silence intérieur
Caroline Bénézet
-Kundalini yoga & bain de gong-

Danse des 7 éléments & body mantra
Marie Milla
- pratique vibratoire -

Yin du solstice
Accueillir l'été
Magali Roy

Mobilité des hanches
Marie Cambus
- hatha yoga -

Yoga aérien
Fascia flow
Angélique Harpang
(places limitées / max 10)

11:00

11:30

12:00

12:30

13:00

13:30

Flow des 5 filaments
La spirale au cœur du mouvement
Céline Hwang
pratique somatique & fascia

Cérémonie du lotus
Roxanne Levecq
- méditation guidée -

Yoga autrement
Exploration entre chaise et tapis
Rafaëlle Swynghedauw
- yoga adapté & inclusif -

Yoga pour les grimpeurs/euses
Alice Caire

Auto-massage Kobido
Claire Berteau
- auto massage visage -

Nidra aérien & harpe
Angélique Harpang
(places limitées / max 10)

14:30

15:00

Atelier
Vinyasa low tempo
Mika de Brito
- Yoga & relaxation musicale -

Atelier
Mandala prana flow
Anne Francin
- vinyasa yoga -
* niveau intermédiaire / avancé *

Atelier
DYP body lab
Système nerveux & fascias en mouvement
Laura Muller & Thomas Queyrens
- danse, pilates et yoga -

Pilates
Travail du centre & respiration
Charlotte Bouby

Yoga ados
Céline Ourliac Joof
(à partir de 11 ans)

Yoga & joie
Le mouvement comme méditation
Lise Birard
- hatha yoga -

Contorsion & souplesse
Relâcher le système nerveux
Marine Lafitte

Yoga aérien
Laure Riobe
(places limitées / max 10)

16:00

16:30

17:00

17:30

YOGI NIGHT
Kirtan
Marta & friends
- chants & mantras -

Somayin®
Céline Hwang
- yin yoga somatique & fascia -

Danse du Dragon des 4 éléments
Laura Merchez + Gaëlle Jarton
- vinyasa & yin yoga -

Yin yoga & relaxation musicale
Xavier Dardot + Marie Deceuninck

Acro Yoga kids & parents
Céline Ourliac Joof
(à partir de 4 ans)

S'ancrer pour mieux s'élever
Léa Maison
- hatha yoga moderne -

Yoga neuro atypie friendly
TDAH, TSA, hypersensibles
Marie Cambus

Yoga aérien
Audrey Guillot
(places limitées / max 10)

19:00

19:30

20:00

Dance flow & DJ set organique
Ombeline Combet Sibuettes & Max Galina

22:00

Bain de gongs
Marie Deceuninck

Elevate circle song
Marie Milla

Vocal Yoga
Karolina la voix Wahou
- yoga & libération vocale -

Yoga aérien
Audrey Guillot
(places limitées / max 10)

13h30-15h30 > salle d'escalade
Atelier Budokon® yobility
"The Way of the Warrior Spirit"
Guilia Lops
- yoga, déplacements & arts martiaux -
* Tous niveaux - avec progression *

Ambassadrice internationale
Cours en anglais

Cinéma Véo
18h20-20h
"Krishnamurti, la révolution du silence"
Projection suivie d'un échange avec Bernard Laservoisier, enseignant de yoga Iyengar et Laura Merchez, directrice du festival.
- billetterie cinema Véo Toulouse sur place / en ligne -

Ateliers & YOGABLABLAS ?
en fin de programme

DIMANCHE 21 JUIN

Halles de la Cartoucherie

The Roof

L'Autre Lieu

salle FORUM

salle DANSE

salle ESQUIROL

salle DÉNALI

salle FITZ ROY

salle Escalade

salle INSPIRE

salle EXPIRE

10:00

Atelier Fascias au féminin
Bouger, se renforcer et se réguler autrement
Céline Hwang
- pratique douce -

Atelier Habiter la Terre
Jivamukti yoga & Nidra
Marie Montocchio
> apporter plaid + bandeau yeux
* niveau intermédiaire *

Atelier Voyage au coeur des chakras
Anna Picazo & Kusuma Gunawan
- Yoga & voyage sonore -

Yoga balles
Libérer les tensions profondes
Valérie Penet
- pratique douce -

Pilates mamans
Mathilde Flores
* futures et jeunes mamans *

11:00

11:30

12:00

12:30

13:00

13:30

Atelier Let's get Loud
Ilia Renon
- Mouvement intuitif, Yoga et Kryas -

Atelier Puissance & fluidité
Yoga Space & Flow®
Raphan Kebe
- Yoga Vinyasa -

Cercle de chant intuitif
Alice Parisi
Pas besoin de savoir chanter !

Yogathérapie & anxiété
Xavier Dardot
- Hatha yoga -

Atelier - Réguler le système nerveux
en toute sécurité par les tremblements
Cécile Portier
- Méthode TRE® -

Ambassadrice internationale
Cours en anglais

Budokon yoga®
Mobilité & déplacements au sol
Guilia Lops

Yoga & santé mentale
Habiter son corps pour apaiser l'esprit
Rafaëlle / Asso Nur

Atelier Rituel du coeur
Fano Anjanirina & Nathalie Durig
- Yin, Cérémonie cacao, voyage au tambour -

14:30

15:00

15:30

16:00

Yoga Change Perspective
Mathieu Boldron
* niveau intermédiaire / avancé *

Acro Yoga kids & parents
Céline Ourliac Joof
(à partir de 4 ans)

A la rencontre de la colonne vertébrale
Léa Maison
- Yoga thérapie & Nidra -

Voyage énergétique
Amandine Philippe
- Kundalini activation -
* contre-indication : femmes enceintes et épileptiques *

Yoga pour les grimpeurs/euses
Alice Caire

Barre au sol
Barbara Suire
- pratique douce -

Nidra & méditation du silence intérieur
Ecole de yoga et de méditation

16:30

17:00

17:30

18:00

Kirtan Perspective
Mathieu Boldron

Célébrez le SOLSTICE D'ÉTÉ !

Place Nord
Charte des libertés communales

8h-9h30
Challenge Yoga 108 salutations au soleil
Guidé par 4 professeures expérimentées
* intermédiaire / mini 1 an de pratique *

10h-11h
Kundalini yoga & harpe live
Magali Roy avec Laura Revil & Léa Brozec

Cinéma Véo

11h30-12h30
Yoga - Focus inversion "Sirsasana"
Stéphane Vedrenne
* Tous niveaux & débutants * Accès avec Pass / ticket cours du Bliss

The Roof - Préau extérieur

11h30-12h30
Equilibre & mobilité - Exploration dans l'espace
Barbara Suire



Ateliers & YOGABLABLAS ?

enfin en page suivante !



LES YOGABLABLES

Entrée libre & gratuite

Les ATELIERS créatifs

Places limitées sur réservation

ticket spécial billetterie

VENDREDI 19

SAMEDI 20 JUIN

DIMANCHE 21 JUIN

La Cabane

La Cabane

Les 500

La Cabane

Les 500

10:00

10:30

11:00

11:30

12:30

13:30

14:00

14:30

15:00

16:00

16:30

17:30

18:00

19:00

**Atelier créatif
GRIGRI MAGIQUE**
voyage au tambour
& animal totem

Ingrid créatrice bijoux
Grid Cusco

* payant / matériel inclus *
(2h30 - max 12 pers.)

**L'ART DE RESTER
PRÉSENT**
Entre maîtrise & liberté
Raphan Kebe

**PRÉPARATION DU
MATCHA**
initiation cérémonie du thé
Stand Ocha

YOGI QUEEN
Anouk Corolleur
> profs yoga & pros

**ÉQUILIBRER
LES CHAKRAS**
avec les huiles essentielles
Laure Riobe

**Atelier créatif
ATTRAPE-LUMIÈRE**
& fleurs séchées
Aurélie Puginier

* payant / matériel inclus *
(2h - max 15 pers.)

**BIEN CHOISIR SA
FORMATION DE YOGA**
Xavier - 1vie2yogis
& Laure - Zenlab

LE CACAO SACRÉ
entre héritage ancestral
& sagesse actuelle
Roxanne - Temple Sauvage

**CONSTELLATIONS
FAMILIALES**
Lise Lapeyronnie

YOGA & AYURVÉDA
vivre et pratique selon son
rythme et son terrain
Sandrine Delpuech

**SE FORMER AU YOGA
POUR TOUS.TES
& INCLUSIF**
Rafaëlle - Nour Yoga

- Yogablaba pratique 2h -
**ÉQUILIBRE
ÉNERGÉTIQUE DE
SON HABITAT**
L'art du Vastu Shastra
Eloise Sohier
- Atelier YUJ -

**LA VOIE / VOIX DU
TAMBOUR CHAMANIQUE**
Julien Ribeiro
- L'âme du tambour -

LE CHANT MÉDECINE
au service de la vie
Alice Parisi

CHOISIR SON LEGGING
L'impact de nos vêtements
sur la santé et le vivant
Baju & Fine Roots

**BIEN VIVRE
SES ÉMOTIONS**
Naturopathie & Sophrologie
Virginie Micello
& Magali Fregeac

**SOPHROLOGIE
pour les aidants**
Magali Fregeac

OSER ET S'AUTORISER
le corps comme espace
d'exploration
Ilia Renon

ÉTHIQUE DES PIERRES
Eveiller les consciences
Aurélie - Atelier Ka.ju -



TARIFS & Pass

Billetterie en ligne et sur place

PASS BLISS - 180€* (festival illimité)
PASS JOURNÉE - 85€** (sam. ou dim.)
PASS 3 cours - 40€ (au choix sauf Karma yoga)

COURS & KIRTAN - 15€ (1h à 1h30)
ATELIER - 35€ (2h)
ATELIER CRÉATIF - 35€ (2h à 2h30)

KARMA YOGA - mini 5€ sur don
(100% dons reversés à l'association Nour Yoga)

YOGA KIDS & ados - 10€
(gratuit parent - kids mini 4 ans)

YOGI NIGHT - 35€ (Kirtan + Dance flow & DJ)
DANCE FLOW & DJ set- 25€

Pour un Bliss Zen

Cours & ateliers en accès libre, pas de place réservée.
Venez à l'avance pour vous installer !

Apportez votre tapis de yoga
+ accessoires si besoin (coussin, brique, plaid...).

Location tapis 5€ à l'accueil
avec notre partenaire B.halfmoon (selon stock).
Achat possible aussi sur le Yogi market.

*Tout inclus, de l'ouverture à la clôture du Bliss !
** Tout le programme du jour inclus

LE YOGIMARKET

Entrée libre & gratuite



Le Bliss c'est aussi l'occasion de flâner pour profiter des good vibes :

Un grand marché de 55 stands d'artisans, créateurs, studios et thérapeutes qui vous accueillent tout le week-end : accessoires yoga, bijoux, livres, cosmétiques, pierres, rituels, instruments, textile ...

Le corner bien-être pour s'offrir une pause tataro, massage, reiki, réflexologie... ou dans les cabines de soin de L'Autre Lieu. Réservez sur place.

Horaires :
vendredi 14h-19h
samedi 10h-21h
dimanche 10h-19h

Lieux :
La Cabane + Grande rue des Halles de la Cartoucherie

c'est quoi ?

Le Karma yoga



Le karma yoga est le principe d'**action désintéressée** et détachée.

En participant aux cours Karma yoga (avec un cœur sur le programme), vous soutenez l'association **Nour Yoga** qui oeuvre pour la **santé physique, mentale et sociale** des personnes en situation de précarité à travers des cours adaptés et ouverts à tous.tes.

Le Bliss yoga festival s'engage en reversant **100% de vos dons** à l'antenne toulousaine de l'association, créé par Rafaëlle Swynghedaw.

Infos : nour-yoga.com

NOS PARTENAIRES MAGIQUES

Un grand Namasté mucho !



L'ÉCOSYSTÈME DES HALLES DE LA CARTOUCHERIE

Découvrez au fil du Bliss les espaces de pratiques de L'Autre lieu et The Roof, ainsi que l'effervescence des Halles ou l'ambiance conviviale du bar Les 500.



L'AUTRE LIEU

Centre de bien-être au cœur de la Cartoucherie, pensé comme un espace de respiration, de mouvement et de reconnexion à soi. Sur présentation de votre Pass Bliss, profitez de **-25% sur les cartes cours** !



SANGHA HÔTEL***

Offrez-vous une retraite urbaine dans un cadre zen. Packs "all inclusif" Pass Bliss + nuitée(s) à **-20% ou -10%**. Réservation : sanghahotels.com
Codes promo : **BLISSXSANGHA20** ou **BLISSXSANGHA10**



YOGA SEARCHER

"Sur le chemin du bonheur, enveloppe ton corps et ton esprit du plus bel habit." Yogiwear made in Europe et partenaire historique du Bliss, retrouvez leur collection sur le yogi market !



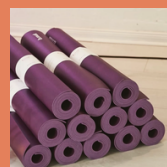
BOISSONS KARMA

Vivante, jamais pasteurisée, Karma Kombucha est une boisson vivifiante 100 % bio avec de nombreuses saveurs festives et délicieuses 100% bio made in Bretagne. A déguster à l'accueil billetterie du festival.



ANJALITEA

Anjali.tea propose une expérience unique alliant dégustation et pratique des Mudras, le "yoga des doigts" pour canaliser l'énergie. Des plantes bios pour des recettes délicates, à déguster à l'accueil billetterie du festival.



BHALFMOON

L'ambition de partager l'art de vivre de trouver l'équilibre entre le corps, l'esprit et la spiritualité. Des tapis yoga bmat au grip incroyable à tester en location 5€ à l'accueil, ou à découvrir sur leur stand du yogi market !



YOGA MAGAZINE & HAPPINEZ

Yoga, bien-être, beauté, art de vivre et inspiration... profitez d'une pause lecture entre 2 cours, dans un coin chill comme le coin cosy de L'Autre lieu ou la terrasse sous le préau de The Roof.



LES HAPPYCURIENNES

1ère ligne de soins et sérums bio & vegan formulés à froid, au coeur des terroirs du Sud-Ouest, développée par Carole, joyeuse éco-cosmétologue. Découvrez la gamme sur leshappycuriennes.com.



AIR ZEN RADIO

La première radio nationale 100% positive qui émet ses ondes optimistes sur les antennes numériques du DAB+ avec une playlist good vibes, des interviews ... à écouter comme une expérience sonore thérapeutique !



LES HALLES DE LA
CARTOUCHERIE

toulouse.blissyogafestival.com

[blissyogafestival](https://www.facebook.com/blissyogafestival)



Une coproduction Bliss x Les Halles x L'Autre Lieu x The Roof

BLISS - Be - Love - Inspire - Smile - Share

BLISS

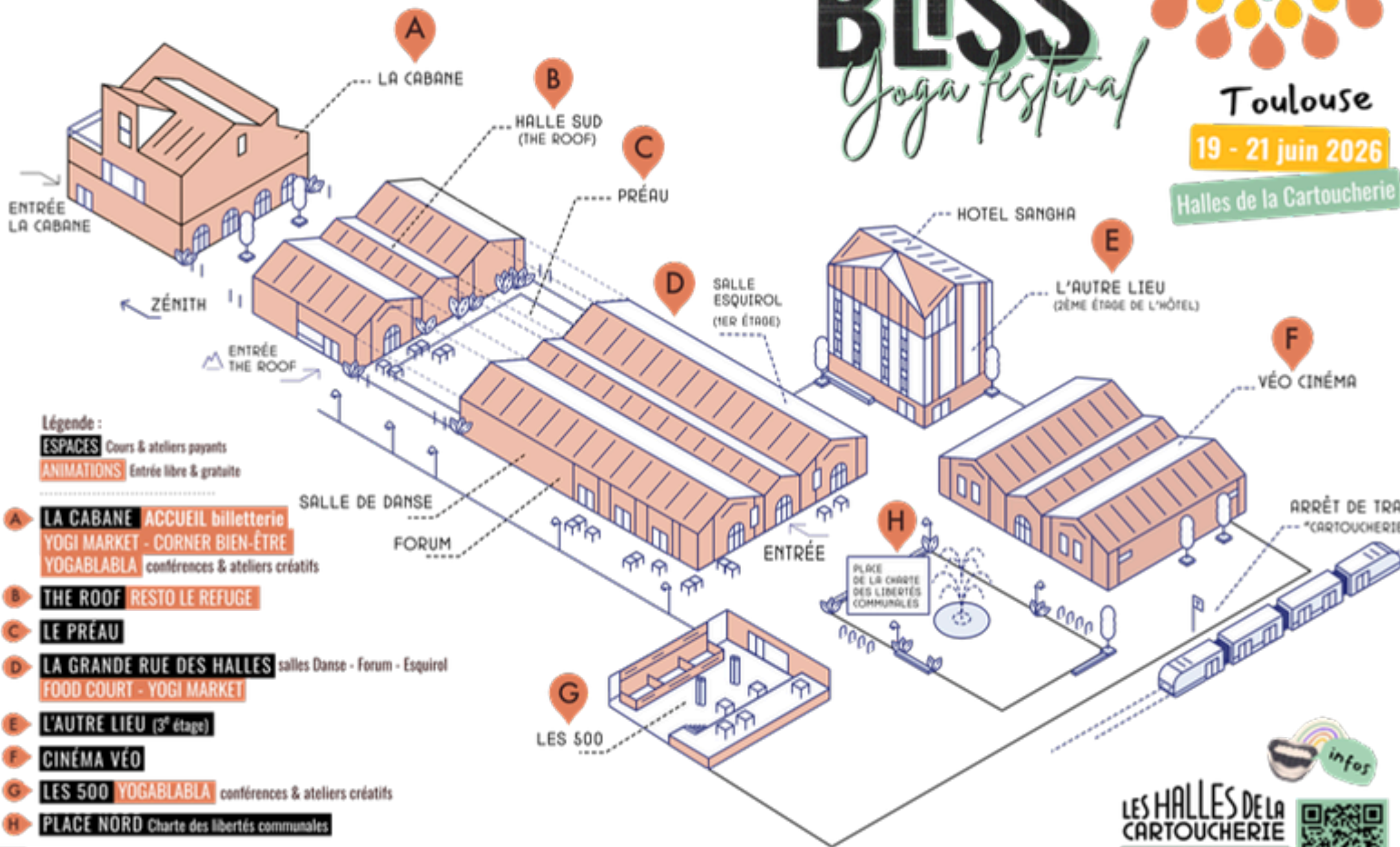
Yoga festival



Toulouse

19 - 21 juin 2026

Halles de la Cartoucherie



Légende :

ESPACES Cours & ateliers payants

ANIMATIONS Entrée libre & gratuite

A **LA CABANE** ACCUEIL billetterie
YOGI MARKET - CORNER BIEN-ÊTRE
YOGABLABLE conférences & ateliers créatifs

B **THE ROOF** RESTO LE REFUGE

C **LE PRÉAU**

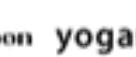
D **LA GRANDE RUE DES HALLES** salles Danse - Forum - Esquirol
FOOD COURT - YOGI MARKET

E **L'AUTRE LIEU** (3^e étage)

F **CINÉMA VÉO**

G **LES 500** YOGABLABLE conférences & ateliers créatifs

H **PLACE NORD** Charte des libertés communales



LES HALLES DE LA
CARTOUCHERIE

toulouse.blissyogafestival.com

[blissyogafestival](https://www.facebook.com/blissyogafestival)

