

VENDREDI

ATELIERS

 Je me retrouve

 Je viens kiffer

 Je lâche tout

BAR

SALLE D'EN-BAS

EN CHAMBRE

AUTRE

Dès 14:30	Check in			
15:00 18:00	Corners et animations			
15:30 15:45	Kick off - Day 1 <i>Isaline & Cleo</i>			
15:45 16:15	Ressens la médecine magique du cacao <i>Vanessa</i> <small>Atelier</small>			
16.30 17:15	Drop the load  Libère et respire <i>Tina</i> <small>En mouvement</small>	Brûle ce dont tu n'as plus besoin  <i>Isaline</i> <small>Atelier</small>		RecordRoom  <i>Amna</i> <small>Podcast</small>
17.00 19:00			*Massages <i>Ada</i> <i>Pauline</i>	
17.00 19:00			*Photoshoot <i>Iryna</i>	
17.00 19:00			*Colorimétrie <i>Manuela</i>	
19.00 21:00	<p>Restaurant</p> <p>Animations et repas du soir en commun</p> <p>Sois à l'heure pour ne pas rater ce moment qui promet quelques surprises!</p>			
21:00 22:00				Spa  La Magie de l'Eau <i>Myriam</i> <small>Dans l'eau</small>

Programme sous réserve de modifications

*Activités réservées aux festivalières ayant le billet "jackpot". Ces activités se déroulent dans la chambre des intervenantes. Plus d'infos dans ton Let Go Book

SAMEDI MATIN

● Je me retrouve

● Je viens kiffer

● Je lâche tout

ATELIERS

BAR

SALLE D'EN-BAS

EN CHAMBRE

AUTRE

7:00 10:00	Restaurant Petit déjeuner buffet <i>Tu viens quand tu veux</i>			
7:30 8:30	Marche et allège toi! <i>Isaline</i> <small>En mouvement / Extérieur</small>			
8:30 10:00			*Massages <i>Ada</i> <i>Pauline</i>	
8:30 10:30			*Colorimétrie <i>Manuela</i>	
9:00 10:30			*Photoshoot <i>Iryna</i>	RecordRoom <i>Amna</i> <small>Podcast</small>
9:00 9:45		Rise & Shine Yoga Flow <i>Tina</i> <small>En mouvement</small>		
10:00 18:00	Accueil des entrées journalières Corners et animations			
10.10 10:20	Kick off - Day 2 <i>Isaline & Cleo</i>			
10:45 11:30	Reprends le pouvoir sur tes finances <i>Emilie Hawlena</i> <small>Atelier</small>	Paie cash tes émotions <i>Emilie Michel</i> <small>Atelier</small>		Salle Yoga Découvre le Tantra au féminin <i>Marielle</i> <small>En mouvement</small>
12:00 12:45	Let It Flow <i>Marion</i> <small>En mouvement</small>	Espace sacré <i>Myriam</i> <small>Cercle</small>		
12:00 14:00	Restaurant Repas de midi buffet <i>Tu viens quand tu veux</i>			

Programme sous réserve de modifications

*Activités réservées aux festivalières ayant le billet "jackpot". Ces activités se déroulent dans la chambre des intervenantes. Plus d'infos dans ton Let Go Book

SAMEDI APREM'

● Je me retrouve

● Je viens kiffer

● Je lâche tout

ATELIERS

BAR

SALLE D'EN-BAS

EN CHAMBRE

AUTRE

14:00 14:45	Job de Mère Face à Face Candy & Mélanie <small>Talk</small>			
14:00 15:00				Réception Go Wild Nathalie <small>En mouvement/Extérieur</small>
16:00 17:30				RecordRoom Amna <small>Podcast</small>
16:00 16:45	Speak Up Mélanie <small>Talk</small>			
16:00 17:00				Réception Own Your Glow Iryna <small>Photoshoot</small>
17:00 17:45		Langages de l'amour et du sexe Céline <small>Talk</small>		Salle Yoga Danse ta sensualité Gwen <small>En mouvement</small>
17:00 18:30			*Massages Ada Pauline	
17:00 19:00			*Colorimétrie Manuela	
18:00 19:00			*Photoshoot Iryna	
20:00 23:30	Bar Repas et soirée Mama's Break			

Programme sous réserve de modifications

*Activités réservées aux festivalières ayant le billet "jackpot". Ces activités se déroulent dans la chambre des intervenantes. Plus d'infos dans ton Let Go Book

DIMANCHE MATIN

- Je me retrouve
- Je viens kiffer
- Je lâche tout

ATELIERS

BAR

SALLE D'EN-BAS

EN CHAMBRE

AUTRE

7:00 10:00	Restaurant Petit déjeuner buffet <i>Tu viens quand tu veux</i>			
7:45 8:30		● Reset énergétique <i>Myriam</i> <small>Cercle</small>		● Salle Yoga Voyage au coeur de la Mère <i>Maggi</i> <small>Atelier</small>
8:30 10:00			● *Massages <i>Ada</i> <i>Pauline</i>	
9:00 10:30				● RecordRoom <i>Amna</i> <small>Podcast</small>
9:15 11:15			● *Colorimétrie <i>Manuela</i>	
10:00 18:00	Accueil des entrées journalières Corners et animations			
10:15 11:15			● *Photoshoot <i>Iryna</i>	
10:10 10:20	Kick off - Day 3 <i>Isaline & Cleo</i>			
10:30 11:15	● Le plaisir est ton pouvoir <i>Céline</i> <small>Talk</small>			● Salle Yoga Danse ta sensualité <i>Gwen</i> <small>En mouvement</small>
10:30 11:15				● Réception Slow but Strong <i>Nathalie</i> <small>En mouvement/Extérieur</small>
11:30 12:15	● Mon temps, mon essentiel <i>Marion</i> <small>Talk</small>	● Tes limites, ton super pouvoir <i>Kerma</i> <small>En mouvement</small>		

Programme sous réserve de modifications

*Activités réservées aux festivalières ayant le billet "jackpot". Ces activités se déroulent dans la chambre des intervenantes. Plus d'infos dans ton Let Go Book

DIMANCHE APREM'

ATELIERS

● Je me retrouve

● Je viens kiffer

● Je lâche tout

BAR

SALLE D'EN-BAS

EN CHAMBRE

AUTRE

12:00 14:00	Restaurant Repas de midi buffet <i>Tu viens quand tu veux</i>			
14:00 14:45		● A "livre" ouvert <i>Candy</i> <small>Talk</small>		● Salle Yoga Découvre le Tantra au féminin <i>Marielle</i> <small>En mouvement</small>
14:00 15:00	● Own Your Glow <i>Iryna</i> <small>Photoshoot</small>			● RecordRoom <i>Amna</i> <small>Podcast</small>
16:00 17:00	Bar Surprise et mot de fin <i>Isaline & Cleo</i> <small>Workshop</small>			
17:00 18:00	Bar The Final Show <i>Tina</i> <small>En mouvement</small>			

Programme sous réserve de modifications

*Activités réservées aux festivalières ayant le billet "jackpot". Ces activités se déroulent dans la chambre des intervenantes. Plus d'infos dans ton Let Go Book

EN BREF

QUOI & QUI

DÉTAILS

PENSE À

AUTRE

Ressens la médecine magique du cacao <i>Vanessa Da Silva</i>	Un moment commun pour entrer en lien et découvrir le pouvoir du cacao par tous les sens <i>Histoire de rentrer dans le mood</i>	Par beau temps, prends une casquette	
Brûle ce dont tu n'as plus besoin <i>Isaline Ackermann</i>	Dépose tout ce dont tu ne veux plus pendant cet atelier <i>Histoire de prendre un moment et de faire le point sur ton intérieur</i>	Par beau temps, prends une casquette	<i>Prends ton Let Go Book</i>
Drop the load Libère et respire <i>Tina Valentina</i>	Pas besoin d'avoir fait du yoga, ici on vient lâcher prise par le corps et en musique <i>Histoire de sentir le flow du week-end entrer en toi</i>	Par beau temps, prends une casquette	<i>Pas besoin de tapis de yoga Pieds nus</i>
RecordRoom <i>Amna Aounallah</i>	<i>Viens partager une expérience de ta vie de femme, une pensée ou ressenti du week-end au micro de Amna</i> <i>Histoire d'immortaliser ton week-end en paroles</i>		<i>Tu choisis sur le moment: Ton partage restera confidentiel ou sera partagé dans un épisode du Podcast Parenthood dédié au Festival</i>
Massages <i>Ada Benacloche Pauline Poux</i>	Un massage sur tatami pour te recentrer avec Ada et un Kobido du visage avec Pauline <i>Tu n'es pas prête d'oublier ce voyage!</i>	Viens en peignoir avec tes sous-vêtements	<i>Prends ton Let Go Book</i>
Photoshoot <i>Iryna Pinho</i>	Immortalise la Queen que tu es!		
Colorimétrie <i>Manuela Tempesta</i>	Comprends enfin quelles couleurs sont faites pour toi!		<i>Prends ton Let Go Book</i>
Repas du vendredi soir	Premier repas en commun servis à table <i>Histoire de faire connaissance</i>	Dress code: viens comme tu es!	<i>Sois à l'heure!</i>
La Magie de l'Eau <i>Myriam Pichard</i>	Un moment mystique de détente pour réactiver le flux <i>Histoire de faire des beaux rêves</i>	Viens en peignoir avec ton maillot de bain. Possible de se doucher sur place.	<i>Tu quittes le repas à 20:30, parce que ton dessert et ton thé seront servis au Spa.</i>

QUOI & QUI**DÉTAILS****PENSE À****AUTRE**

Les petits déjeuners	Buffet <i>Tu viens quand tu veux</i>		<i>Prends le temps de faire tes annotations dans le Let Go Book</i>
Marche et allège toi! <i>Isaline Ackermann</i>	Une promenade matinale pas comme les autres <i>Histoire de sentir le poids de tes pensées</i>	Prends une casquette et de bonnes chaussures	
Rise & Shine Yoga Flow <i>Tina Valentina</i>	Mets ton corps en mouvement <i>Histoire de te réveiller</i>	Prends ton tapis de yoga si tu en as un. Autrement il y en aura sur place. Habits de sport recommandés	
Reprends le pouvoir sur tes finances <i>Emilie Hawlena</i>	Pose tes objectifs et construis ta liberté financière - avec un plan clair et un outil concret pour te lancer <i>Histoire de parler tunes</i>		<i>Prends ton Let Go Book</i>
Paie cash tes émotions <i>Emilie Michel</i>	Comprends le lien entre tes émotions et tes dépenses <i>Histoire de parler tunes autrement</i>		<i>Prends ton Let Go Book</i>
Let It Flow <i>Marion Savioz</i>	Fais de la place au mouvement, à la légèreté, à toi <i>Histoire de creuser tout en bougeant</i>		<i>Prends ton Let Go Book</i>
Espace sacré <i>Myriam Pichard</i>	Découvre un cercle de femmes où tu viens déposer ce que tu as sur le coeur <i>Histoire de s'ouvrir encore un peu</i>		<i>Prends ton Let Go Book</i>
Découvre le Tantra au féminin <i>Marielle Campanella</i>	Reconnecte toi à ton pouvoir féminin par les sens <i>Tu ne vas pas regretter cet atelier!</i>		<i>Prends ton Let Go Book</i>
Les repas de midi	Buffet <i>Tu viens quand tu veux</i>		<i>Prends le temps de faire tes annotations dans le Let Go Book</i>
Job de Mère Face à Face <i>Candy & Mélanie</i>	Interview de l'autrice par la journaliste sur son livre "Mère au foyer, une profession féministe"		<i>Pas grave si tu n'as pas lu le livre, tu pourras l'acheter et le faire signer sur place</i>

QUOI & QUI**DÉTAILS****PENSE À****AUTRE**

Go Wild <i>Nathalie Favre</i>	Une session de sport pas comme les autres <i>Histoire de lâche prise tout en transpirant</i>	Viens en tenue de sport et prends une gourde	<i>Aura lieu par n'importe quelle météo!</i>
Speak Up <i>Mélanie Freymond</i>	Ta voix pour t'affirmer, avancer <i>Histoire de s'inspirer d'autres parcours</i>		<i>Prends ton Let Go Book</i>
Own Your Glow <i>Iryna Pinho</i>	Photoshoot express <i>Histoire de te sentir comme une Queen devant l'objectif</i>	Viens comme tu es!	<i>Pense à aller te glamouriser chez Mama's Break et/ou Alisson avant!</i>
Langages de l'amour et du sexe <i>Céline Nussbaum</i>	Comment parler intimité autrement <i>Histoire d'avoir des infos d'une pro...enfin!</i>		<i>Prends ton Let Go Book</i>
Danse ta sensualité <i>Gwen Briod</i>	Viens bouger comme Beyoncé! <i>Histoire de rentrer chez toi avec de nouveaux moves</i>	Habille toi en mode "sexy mama". Optionnel: prends tes chaussures à talons (épais si possible)	
Soirée Mama's Break	On mange d'abord puis dès 21:00 on se lâche sur le dancefloor	Viens comme tu te sens le plus canon!	<i>Il y aura des surprises!</i>
Reset énergétique <i>Myriam Pichard</i>	Respire pour démarrer la journée avec de bonnes énergies <i>Histoire de vivre un moment à part</i>		<i>Prends ton Let Go Book</i>
Voyage au coeur de la Mère <i>Maggi Samovila</i>	Un moment de détente au son des vagues <i>Histoire de voyager tout en restant allongée</i>	Prends un pull et des chaussettes	
Le plaisir est ton pouvoir <i>Céline Nussbaum</i>	Parlons sans tabous de notre sexualité <i>Histoire de savoir enfin où on en est, vraiment!</i>	Prends ton téléphone, on va jouer	<i>Prends ton Let Go Book</i>
Mon temps, mon essentiel <i>Marion Savoir</i>	Où passent tes heures? <i>Histoire de faire le ménage dans ton quotidien</i>		<i>Prends ton Let Go Book</i>
Tes limites, ton super pouvoir <i>Kerma</i>	Ne pas attendre d'être à bout pour agir! <i>Histoire de savoir où sont tes outils du quotidien</i>		<i>Prends ton Let Go Book</i>

QUOI & QUI**DÉTAILS****PENSE À****AUTRE**

Slow but Strong <i>Nathalie Favre</i>	Viens bouger en toute conscience et sécurité <i>Histoire de transpirer un peu quand même</i>	Viens en tenue de sport	<i>Aura lieu par n'importe quelle météo!</i> <i>Adapté si tu n'es pas très sportive, tu es enceinte, ou en post partum</i>
A "livre" ouvert <i>Candy Rapaz</i>	Plonge avec l'autrice dans ses écrits <i>Histoire de partager quelques pensées quant au rôle de la femme</i>		<i>Prends ton Let Go Book</i>
Mot de fin <i>Isaline & Cleo</i>	<i>SURPRISE</i>	<i>SURPRISE</i>	<i>SURPRISE</i>
The Final Show <i>Tina Valentina</i>	<i>SURPRISE</i>	<i>SURPRISE</i>	<i>SURPRISE</i>

VENDREDI

ANIMATIONS

SALLE DES CORNERS

RÉCEPTION

15:00 18:00	Bar à Jesmonite Atelier Céruléen	L'Habiblio	Infusions à savourer Fenaison Bleue	Mur des vérités
15:00 18:00	Fegyna	Naago	Get Your Hair fixed Mama's Break	Oraclothèque
15:00 18:00	Kerma	Tirage Fun & Flash Elido	Make Up Flash! Alisson	
15:00 18:00	Bmatcha			
15:00 16:30	Viens resserrer ton bassin AdaDoula	Découverte du Kobido Secrets de Femmes		
19:00 19:30				Own Your Glow Iryna Photography

Programme sous réserve de modifications. Certaines animations se font sur inscription. Des listes seront disponibles aux tables de chaque corner.
Certaines animations sont gratuites, d'autres payantes.
First come first served.

- Je me retrouve
- Je viens kiffer
- Je lâche tout

SAMEDI

ANIMATIONS

SALLE DES CORNERS

AUTRE

10:00 18:00	Bmatcha	Fegyna	Naago	Réception Mur des vérités
10:00 18:00	Bomboncito	Infusions à savourer Fenaison Bleue	Show Your Boobs Ose Thérapies	Réception Oraclothèque
10:00 18:00	Bar à Jesmonite Atelier Céruléen	L'Habiblio	Make Up Flash Alisson	
10:00 18:00	Kerma	Tirage Fun & Flash Elido		
10:00 15:00	Get Your Hair fixed Mama's Break			
13:00 14:00				Salle d'en-bas Atelier Bleu Fenaison Bleue
14:00 16:00	Morphologie visage Express Manuela Tempesta			
15:00 16:30	Viens resserer ton bassin AdaDoula	Découverte du Kobido Secrets de Femmes		
19:00 19:30				Réception Own Your Glow Iryna Photography

Programme sous réserve de modifications. Certaines animations se font sur inscription. Des listes seront disponibles aux tables de chaque corner.
Certaines animations sont gratuites, d'autres payantes.
First come first served.

- Je me retrouve
- Je viens kiffer
- Je lâche tout

DIMANCHE

ANIMATIONS

SALLE DES CORNERS

AUTRE

10:00 16:00	Bmatcha	Fegyina	Naago	Réception Mur des vérités
10:00 16:00	Bomboncito	Infusions à savourer Fenaison Bleue	Show Your Boobs Ose Thérapies	Réception Oraclothèque
10:00 16:00	Bar à Jesmonite Atelier Céruléen	L'Habiblio	Make up Flash Alisson	
10:00 16:00	Kerma	Tirage Fun & Flash Elido	Get Your Hair fixed Mama's Break	
10:30 11:15	Tattoo Magique InVogue & Myriam			
11:30 12:15	Morphologie visage Express Manuela Tempesta			
11:30 16:00	Get a Tattoo or a Piercing! InVogue			
13:00 14:00				Salle d'en-bas Atelier Bleu Fenaison Bleue
13:00 16:00	Viens resserer ton bassin AdaDoula	Découverte du Kobido Secrets de Femmes		

Programme sous réserve de modifications. Certaines animations se font sur inscription. Des listes seront disponibles aux tables de chaque corner.
Certaines animations sont gratuites, d'autres payantes.
First come first served.

- Je me retrouve
- Je viens kiffer
- Je lâche tout