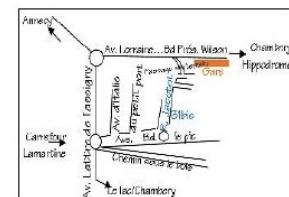


31 bis rue Jacotot
73100 AIX LES BAINS
06 15 43 38 39
espaceaurore@gmail.com
<https://espaceaurore-aixlesbains.com/>

ESPACE AURORE



PROGRAMME DE L'ESPACE AURORE -AIX LES BAINS DU 05/01/2026 AU 05/02/2026

Voici le programme des activités (stages, conférences, ateliers). Plus d'informations sur notre site ou [f](#)

RÊVERIE AUX SONS DE LA HARPE

MARDI 06 JANVIER : 19:30 - 21:00

Ces séances sont des voyages intérieurs. Vous êtes guidé(e) par la harpe (et parfois par ma voix), plongeant dans un état de relaxation profonde. L'imaginaire devient le miroir de votre inconscient, permettant de lâcher prise et de nourrir un bien-être durable.

ALEXIA DELPHIS 0633112233 alexia.harpeopathie@gmail.com <https://alexiadelphis.com>

CERCLE SPIRITUEL DES GARDIENNES DE LA TERRE

MECREDI 07 JANVIER : 19:00 - 21:30 MECREDI 04 FÉVRIER : 19:00 - 21:30

Donner vie à notre féminité et toute sa créativité

JANNICK MONFERRAN 0627619243 jannick.monferran@gmail.com

QI GONG DE LA FEMME

JEUDI 08 JANVIER : 09:30 - 11:30

Atelier mensuel pour tout public adhérent (Adhésion annuelle 2025-26 = 15€) avec Nadine Burdin. Merci de vous inscrire par mail.

ASSOCIATION RESSOURCES associationressources73@gmail.com <https://www.qigong-aix-les-bains.fr>

ANTICIPEZ 2026 AVEC LA SAGESSE DU YI KING

JEUDI 08 JANVIER : 14:00 - 18:30 JEUDI 15 JANVIER : 14:00 - 18:30

Pour la nouvelle année, je vous propose un tirage Yi King spécial : découvrir votre « Hexagramme de l'année ». Il vous aidera à cerner ce qui sera en jeu pour vous en 2026, faire les bons choix, identifier vos défis majeurs et être acteur/actrice de votre année.

ANNE LAURE MONFRET 0658514227 annelauremonfret@gmail.com

OM CHANTING

JEUDI 08 JANVIER : 19:30 - 20:30

Venez allumer la Lumière en vous et dans le monde en pratiquant un Om Chanting. Chanter le OM améliore le bien-être global de ceux qui le pratiquent, transforme la négativité en énergie positive, apaise le mental,

favorise l'alignement de l'être et purifie l'environnement.

AURÉLIE BARBE aurelieomchanting@gmail.com

STAGE MENSUEL YIN YOGA

VENDREDI 09 JANVIER : 09:30 - 11:30

Au cours des différentes postures et avec des supports adaptés à chacun , Je vous guiderai vers un relâchement corporel global (physique émotionnel mental)

CLAIRES PIERLAS 0688011688 claire.energetic01@gmail.com

ATELIER MENSUEL D'AQUARELLE : EXPLORATION & LÂCHER PRISE

SAMEDI 10 JANVIER : 09:30 - 12:30

Un samedi matin par mois, venez explorer votre créativité avec l'aquarelle. Apprendre tout en vivant un moment de détente et lâcher prise. Le cerveau se pose et la main prend le relai, avec joie et sérénité. Il est possible de participer une ou plusieurs fois.

CLÉMENCE BRICOUT 06 65 62 80 84 clemencebricout.pro@gmail.com <https://www.clemencebricout.fr/> <https://www.espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/clemence-bricout/>

YOGA DU SON & VOYAGE SONORE

SAMEDI 10 JANVIER : 09:30 - 11:30

Hatha yoga et yoga Egyptien accompagnés de vibrations sonores pour entrer en méditation

SYLVIE ZIMMERMANN 0674817677 bienetreenyoga@gmail.com <https://www.bienetreenyoga.wixsite.com/lorambre>

ATELIER DE TECHNIQUE ALEXANDER POUR TOUT PUBLIC

SAMEDI 10 JANVIER : 15:00 - 18:00

Améliorer sa posture, son efficacité corporelle en apprenant le schéma corporel proposé par la Technique F. M. Alexander et en l'utilisant dans des positions et mouvements du quotidien ou des activités favorites.

SÉBASTIEN EGRET 0642134545 sebastienegret@yahoo.fr

MÉTHODE WIM HOF ATELIER DÉCOUVERTE

DIMANCHE 11 JANVIER : 09:00 - 12:30

Découvrez votre plein potentiel grâce à la méthode Wim Hof. Reprenez le contrôle de votre santé et de votre force vitale grâce aux trois piliers de la méthode - Respiration profonde consciente - Exposition au froid - Gestion mentale, engagement<

GARRY DUMONT 0669588573 garry.dumont@gmail.com

ESPACE CHANT ET VOIX

DIMANCHE 11 JANVIER : 14:00 - 18:00

Initiation au chant par découverte et exploration du son et de la vibration
STÉPHANE . 0620172951 lepostollec@orange.fr

LE CHEMIN DES ARCANES

JEUDI 15 JANVIER : 20:00 - 22:00 JEUDI 22 JANVIER : 20:00 - 22:00

Découvrez le Tarot de Marseille autrement ! Une expérience unique : relaxation et Immersion dans l'univers des arcanes majeures. Que vous soyez débutant ou passionné, rencontrez les archétypes et pratiquez en cercle de tarologie.

DÉBORAH CARTES SUR TABLE 0750523550 cartessurtable.by.deb@gmail.com

DANSER LE SOUFFLE

VENDREDI 16 JANVIER : 19:00 - 21:00

Atelier à la croisée de la danse et des arts énergétiques avec un musicien live

FRÉDÉRIC NEZONDET 0663116820 fnezondet@gmail.com

CNV, COMMUNICATION NON VIOLENTE MODULE 2 AVEC MANIBHADRI

SAMEDI 17 JANVIER : 09:00 - 17:30 DIMANCHE 18 JANVIER : 09:00 - 17:30

2ème Module de base en Communication NonViolente

MURIEL GRUZSKA SECRETARIAT CNV 0618425779 muriel.secretariatcnv@gmail.com

CONFÉRENCE BIOÉNERGIE - CLAIR-VISION - SOINS - GUÉRISON

SAMEDI 17 JANVIER : 19:30 - 22:00

Extra sensorialité, clair vision & ressenti pour rendre visible l'invisible. Présentation des techniques de dégagements et de décodage symbolique lors d'un soin bioénergétique.

YANNICK CHASTAGNIER ECOLE FRANÇAISE DE FENG SHUI 0783304057 y.chastagnier@effs.fr

ATELIER ARBRE DE VIE ET VOTRE HEXAGRAMME DE L'ANNÉE : POUR CRÉER UNE ANNÉE 2026 ALIGNÉE

LUNDI 19 JANVIER : 09:30 - 17:00

Un atelier spécial pour se préparer à 2026: l'arbre de vie pour vous reconnecter à vos aspirations profondes et fixer des objectifs alignés & votre hexagramme de l'année "Quel challenge principal devrai-je relever? Que devrai-je mettre en œuvre pour vivre au mieux 2026 ?"

ANNE LAURE MONFRET 0658514227 annelauremonfret@gmail.com

"L'ÂME EN CORPS"

MARDI 20 JANVIER : 19:30 - 20:30

Un espace sacré pour retourner au corps et écouter son âme. Présence et mouvement pour prendre le temps de prendre soin de soi. ✨ Relaxation ✨ Soin chanté ✨ Danse intuitive + Cacao sacré & rose tous les 2 mois

NADÈGE TISSOT 0633373486 contact@ntissot.fr <https://www.ntissot.fr>

ATELIER SENS'ACTIONS - LE MOUVEMENT PLAISIR

VENDREDI 23 JANVIER : 17:00 - 19:30

(Re)trouver le plaisir du mouvement

BLANDINE WONG 0479636575 b.wong@sensactions.fr <http://www.sensactions.fr/> <https://espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/blandine-wong>

ATELIER QI GONG DES SAISONS: PRELUDE AU PRINTEMPS

SAMEDI 24 JANVIER : 09:30 - 12:00

Fin janvier, le mouvement de l'hiver se terminera et celui du printemps débutera le 4 février. Entre les deux, l'intersaison est l'occasion d'un retour au centre afin de préparer l'émergence du printemps. Nous nous retrouverons pour des pratiques spécifiques à cette période.

ASSOCIATION RESSOURCE THOMAS PETIT 0678609094 thomas.petit@posteo.net

ATELIER D'EXPRESSION VIVANTE : UN ESPACE POUR SE RECONNECTER Á SON ÉLAN CRÉATIF

SAMEDI 24 JANVIER : 10:00 - 12:00

✨ Atelier créatif – s'exprimer, créer, respirer, 🎤 Envie de ralentir, de créer sans pression, et d'oser une parole plus vivante ? Je te propose un atelier d'expression vivante en petit comité, dans une bulle d'écoute pour explorer ensemble l'élan créatif et sensible qui sommeille

JESSICA VILLANI SEMONS POUR DEMAIN 0686146104 semonspourdemain@gmail.com

ATELIER QI GONG RETROUVER SON CENTRE

SAMEDI 24 JANVIER : 15:00 - 18:00

3h pour se recentrer. En cette période charnière entre la fin de l'hiver et le printemps, le travail de la rate bat son plein, pour nous aider à digérer le passé. Un moment idéal pour continuer à renforcer les reins, et remettre de l'énergie dans son centre.

LOUISE ROTHÉ AIRELLE 0632023997 airelle@ecomail.fr <https://www.airelle-energetique.fr>

CONCERT VIBRATOIRE

SAMEDI 24 JANVIER : 19:00 - 22:00

Ce concert est un soin vibratoire puissant collectif et individuel. Je canalise des énergies de hautes vibrations par le chant de l'âme et les instruments sacrés pour soigner et éclairer les âmes qui cheminent.. Les bienfaits : libérations, apaisement, gain d'énergie...

MYLÈNE DEVEVEY AME DIVA 0682735860 mielle74@gmail.com

CONSTELLATIONS FAMILIALES ET SYSTÉMIQUES

DIMANCHE 25 JANVIER : 09:00 - 18:00

Animé par Christophe Chipier Ces ateliers proposent une immersion dans l'univers des constellations systémiques – un outil puissant pour révéler &transformer les dynamiques invisibles qui influencent nos vies, nos relations et nos héritages familiaux

CHRISTOPHE CHIPIER 0662589449 christophe(chipier@gmail.com) <https://www.instagram.com/christopheconstellation?igsh=ZWpyZGo3Nmhrbjhr>

ATELIER DÉCOUVERTE DU TAI CHI À L'ÉVENTAIL

LUNDI 26 JANVIER : 17:00 - 18:00

S'initier en douceur au Tai Chi à l'éventail, pratique fluide et esthétique.

ISÉE GIUSTI 0630588015 confluences22@gmail.com

CONFERENCE "LE TOUCHER CONSCIENT – UN VOYAGE EXPÉRIENTIEL GUIDÉ PAR L'AYURVÉDA"

LUNDI 26 JANVIER : 19:30 - 21:00

Une immersion de 90 minutes pour explorer le toucher conscient selon l'Ayurvédha : respiration guidée, éveil sensoriel et connexion à l'énergie vitale. Une expérience vivante pour apaiser le corps et réveiller la présence à soi.

AUDE CHAMBRU 0678957352 contact@audechambru.com

YIN YOGA & HARPÉOPATHIE

MARDI 27 JANVIER : 19:30 - 21:00

Nous explorons diverses postures de Yin Yoga, accompagnées par les sons de la Harpe.

ALEXIA DELPHIS 0633112233 alexia.harpeopathie@gmail.com

ÉVEIL DU CORPS PAR LE SOURIRE INTÉRIEUR

MECREDI 28 JANVIER : 19:00 - 20:00

Accompagnement guidé "Corps & Émotions" : reconnexion à soi par les auto-massages pour libérer les tensions et par la visualisation pour lâcher prise et se détendre. Accordez-vous un moment rien que vous vous !

FLORENCE GAIDE 0620843655 florencegaide73@gmail.com

ATELIER JEU DU TAO

JEUDI 29 JANVIER : 14:00 - 18:00

Reconnectez-vous à l'essentiel et avancez vers ce qui vous tient vraiment à cœur aujourd'hui. Bénéficiez d'un outil puissant et de l'entraide et intelligence collective du groupe, pour clarifier et avancer vers vos buts en toute confiance.

ANNE LAURE MONFRET 0658514227 annelauremonfret@gmail.com

ATELIER DE LIBÉRATION ET DE GUÉRISON

SAMEDI 31 JANVIER : 09:15 - 19:00

Vous aurez la possibilité au cours de cet atelier en ce début d'année 2026, de vous libérer de ce qui est insatisfaisant/souffrant, limitant dans votre vie. Certains obstacles seront transmutés et laisseront la place à de nouvelles possibilités ! Vous pourrez incarner dans vos c

LINE CELESTRANO 0619860706 line.celest@gmail.com

ATELIER DECOUVERTE AQUARELLE

SAMEDI 31 JANVIER : 09:30 - 12:30

Venez explorer votre potentiel créatif avec l'aquarelle ! Sans aucun prérequis, vous pouvez découvrir une pratique créative dans la détente et le lâcher prise. Cet atelier est un espace bienveillant et calme, pendant lequel le cerveau se pose et la main prend le relai.

CLÉMENCE BRICOUT 06 65 62 80 84 clemencebricout.pro@gmail.com

TANTRA MIXTE ET SOIN DE GUÉRISON: L'ÉQUILIBRE DU DONNER ET DU RECEVOIR !

DIMANCHE 01 FÉVRIER : 09:00 - 19:00

Où en êtes-vous dans votre capacité à donner et recevoir ? Vous est-il plus facile de donner ? De recevoir ?

Je vous propose, au cours de cette journée un voyage profond d'exploration et de guérison de ces 2 polarités.

LINE CELESTRANO 0619860706 line.celest@gmail.com

EXPRESSION ECRITE, ORALE ET CORPORELLE

MECREDI 04 FÉVRIER : 17:00 - 19:00

Libre dans ses pensées, libre dans ses expressions, un monde s'ouvre.

ÉRIC GRIFGNÉE 0677552762 ressources507@gmail.com www.ressources507.com
