



La Nouvelle Lune

**UNE PÉNICHE POUR DES PRATIQUES DE BIEN-ETRE
AU COEUR DE RENNES
POUR PRENDRE SOIN DE SOI**



SOMMAIRE

01.

PRÉSENTATION

02.

LE CONCEPT

03.

L'ÉQUIPE

04.

LES ESPACES

05.

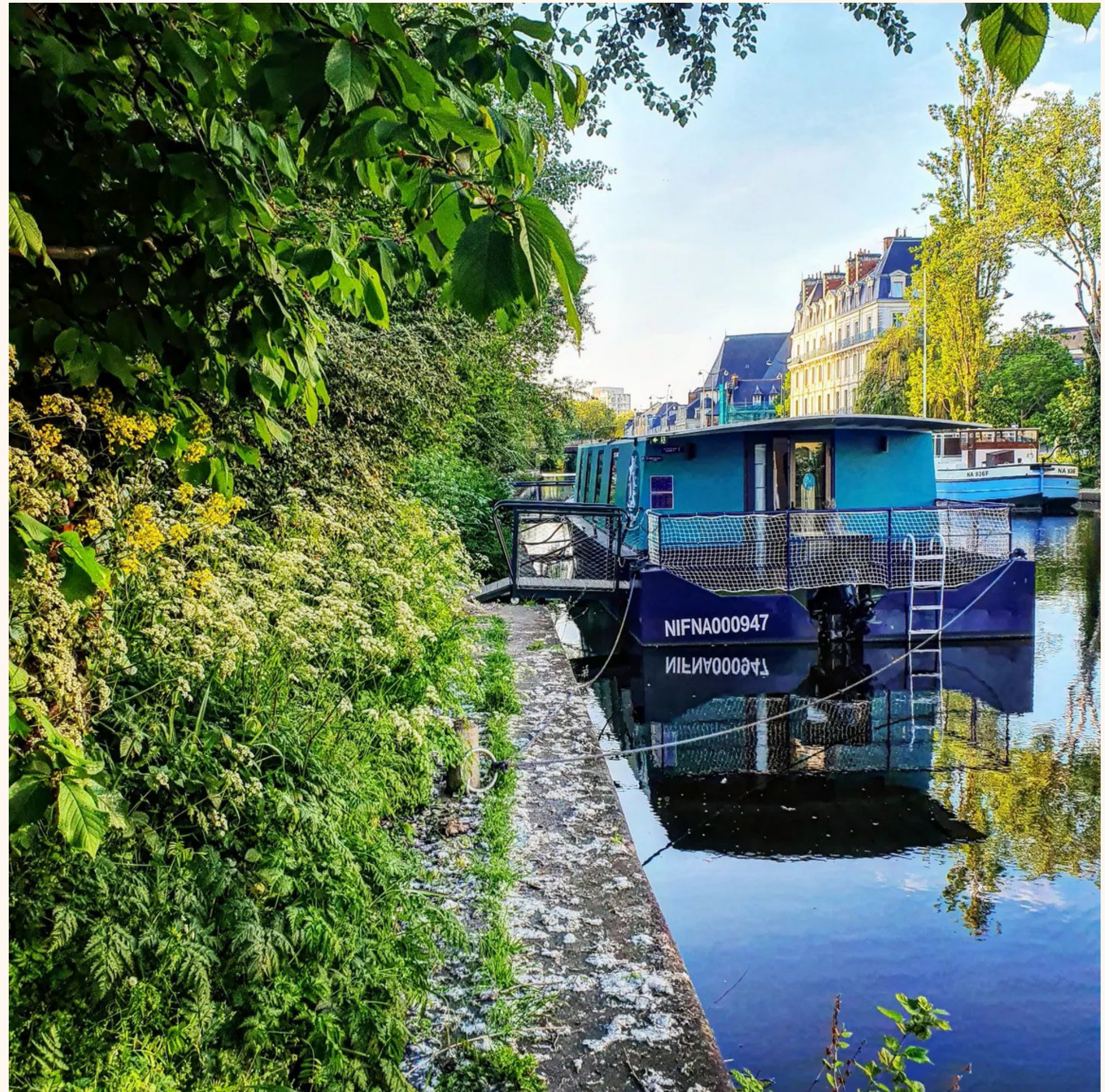
LES ACTIVITES

06.

TÉMOIGNAGES

07.

CONTACT





LA NOUVELLE LUNE

PRÉSENTATION

La Nouvelle Lune YOGA & SOINS est un lieu unique situé au cœur de Rennes, une péniche faite sur mesure en Bretagne en 2021. Il s'agit d'un espace de « coworking » pour les professionnels du bien-être et les professeurs de yoga.

Un lieu convivial pour essayer et expérimenter différentes pratiques du bien-être : hatha yoga, vinyasa yoga, yoga prénatal, yoga nidra, ashtanga yoga, yin yoga, méditation, renforcement et mobilité, danse, sophrologie, cercles d'hommes et de femmes, massage thaï, massage ayurvédique, massage du ventre Chi Nei Tsang, massage visage, soin Rebozo, réflexologie plantaire, shiatsu, naturopathie, reiki, sophrologie, naturopathie, soins énergétiques ...

La Nouvelle Lune a reçu le prix Coup de coeur du Petit Futé, édition 2024 !



LE CONCEPT

La Nouvelle Lune YOGA et SOINS est donc un espace de travail qui accueille aujourd'hui « un équipage » de plus de 50 intervenant.e.s professionnel.le.s

Certain.e.s interviennent de façon régulière en semaine, les autres ponctuellement pour proposer des stages et ateliers en week-ends.

C'est un lieu vivant pluridisciplinaire, qui regroupe ateliers et évènements autour du bien-être et du soin.

Le projet, initié et porté par Maja a été sélectionné lors d'un appel à projet lancé pas la ville de Rennes, Rennes Métropole et la Région Bretagne en 2019.

La péniche a été construite spécifiquement pour ce projet et nous avons une belle histoire à raconter sur sa création !!!

Ici, dans son atelier de fabrication

L'ÉQUIPE

FONDATRICE



Magdalena Musialek ou Maja, est professeur de Yoga depuis 9 ans. Cette polonaise aux yeux rieurs, de 38 ans est à l'origine de ce projet audacieux: Ouvrir une péniche dédiée au bien-être sur le canal qui traverse la ville de Rennes.

C'est en 2014 que l'idée lui vient, avec la découverte de la péniche "le Salon Mouch" transformée en salon de coiffure quai d'Ille de Rance à Rennes.

Un défi de taille !

Après 3 longues années d'attente, de concertation, de rencontres, de dossiers, de

devis, de peur et de joies, la péniche a ouvert ses portes le 29 juin 2022, un jour

symbolique de Nouvelle lune. La péniche a été baptisée La Nouvelle Lune, faisant écho au fait de se lancer dans de nouveau projet, comme un nouveau départ.



COORDINATRICE

Célie a rejoint l'équipe de La Nouvelle Lune d'abord comme intervenante en pratiques psychocorporelles.

Multi-casquette, rempli d'un dynamisme que peu de choses arrêtent et portée par l'évidence d'être au bon endroit au bon moment, son parcours professionnel l'a amené à conjuguer sa pratique somatique à celle de coordinatrice de projet.

C'est donc tout naturellement qu'elle a enfilé la tenue de Commandant de bord, pour accompagner Maja à la coordination de La Nouvelle Lune. Prise de contact, planning, contrat, communication et lien au quotidien avec la cinquantaine d'intervenant.e.s du bateau, Célie a à cœur d'accueillir les intervenants dans les meilleures conditions possibles, et de rendre leur venue au bateau, la plus agréable et douce qui soit.

LES ESPACES

Sur la péniche, deux salles sont mises à disposition avec chacune son entrée. Ces espaces sont disponibles à la location.



UNE SALLE DE PRATIQUE COLLECTIVE

Une superbe salle très lumineuse de 38m2 avec une entrée indépendante à l'arrière du bateau.

La salle peut accueillir 11 élèves pour vos cours collectifs de yoga et jusqu'à 20 personnes pour d'autres événements. La salle est aussi disponible à la location en semaine et les weekends pour vos stages, ateliers, formations et autres événements bien-être.

Avec :

- Bolsters
- Tapis
- Sangles, briques
- Enceinte bluetooth



UNE SALLE DE SOIN

Une salle de soins qui se trouve à l'avant du bateau - un cabinet de 10,5m2

Une charmante pièce pour 2 – 3 personnes pour les thérapies individuelles, massages, soins.

L'espace est disponible à la location toute la semaine.

Avec:

- Table de massage
- Futon de massage
- Bureau

Table de massage et futon de massage sont mis à votre disposition. L'entrée indépendante se trouve à l'avant du bateau.

LES ACTIVITÉS



1.

DES COURS COLLECTIFS

Pour une pratique en groupe,
guidée par un professionnel, en
petit groupe



2.

DES SOINS INDIVIDUELS

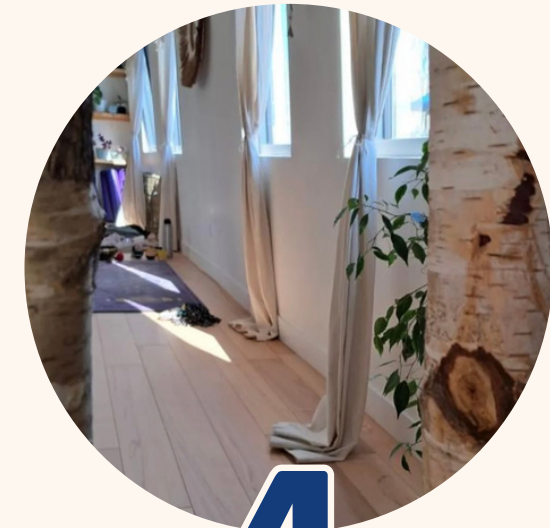
Un espace intime pour prendre
soin de soi et être accompagné
en douceur



3.

DES STAGES ET ATELIERS

Tous les vendredis soirs,
samedi et dimanche, une
programmation d'ateliers, de
stages



4.

DES PRIVATISATIONS

EVJF, journée entre amies, en
familles, formations.
Mais aussi pour les entreprises
qui veulent proposer une
activité à leurs équipe ou faire
un séminaire d'équipe

TÉMOIGNAGES

LA RÉALISATION DE MON ATELIER FUT UNE RÉUSSITE POUR LES PRATIQUANTES QUI ONT DÉCOUVERT UN LIEU COSY OÙ TOUT EST PRÉVU POUR LEUR CONFORT. LA LUMINOSITÉ DOUCE DU BATEAU, LES COULEURS CHOISIES, SON ENVIRONNEMENT ET SON IMPLANTATION EN FONT UN LIEU UNIQUE DE BIEN-ÊTRE, ET C'EST PRÉCISÉMENT CE QU'ONT RESSENTI LES PERSONNES QUI SONT VENUES

UN ATELIER SUR LA PÉNICHE, C'EST UNE ENTRÉE DANS UN COCON DE DOUCEUR, DE LUMIÈRE ET DE CALME, PORTÉ PAR L'ONDE AVEC SES MIROITEMENTS AU PLAFOND POUR UN EFFET ENCORE PLUS MAGIQUE ET HORS DU TEMPS

BIEN QUE SITUÉE AU CŒUR DE RENNES, LA PÉNICHE LA NOUVELLE LUNE OFFRE À MES ÉLÈVES UNE VÉRITABLE BULLE HORS DU TEMPS. PORTÉS PAR LA DOUCEUR DE L'EAU, LES COURS DE YOGA DE LA FEMME, ATELIERS ET EVJF SUR MESURE DEVIENNENT AUTANT DE PARENTHÈSES PRÉCIEUSES. MES ÉLÈVES REPARTENT DÉTENDUES, APAISÉES, PLEINES D'ÉNERGIE, AVEC LE SENTIMENT D'AVOIR VÉCU UN VRAI MOMENT POUR ELLES.

LA PÉNICHE LA NOUVELLE LUNE EST UN ESPACE IDÉAL POUR ACCUEILLIR MES ATELIERS SUR LES PLANTES MÉDICINALES PAR L'APPROCHE SENSORIELLE. UNE BULLE DE CALME ET DE DOUCEUR AU CŒUR DE LA VILLE.

NOUS CONTACTER

CONTACT

Maja, responsable et Capitaine 06 18 66 58 05
Célie, coordinatrice et commandante de bord 06 77 70 85 89

Site Internet : [cliquer ici](#)

lanouvellelunebateau@gmail.com

Instagram : [cliquer ici](#)

Linkedin : [cliquer ici](#)

4, quai d'Ille et Rance
35000 RENNES

