Session automne 2022 jusqu'à hiver 2023

On débute la saison le 24 septembre 2022. Cliquez sur ce lien ou sur le visuel ci-dessous pour découvrir le premier atelier de fin de semaine: Hatha Mudra Yoga - aka Le yoga des Nadis



Pour les diabétiques
Par des diabétiques

Visionnez l'intro

Apprenez ces séquences de yoga

Le yoga est une technique de bien-être qui a fait ses preuves. Depuis les temps anciens jusqu'à nos jours, la pratique du hatha (postures) combinées avec le pranayama (respiration) et la méditation, entre autres, nous permet de vivre en meilleure santé.

Surveillez

- 24 sept 22
- Trois ateliers - Trois jours en immersion

Tous les détails se trouvent ci-dessous

[-]
De plus, trouvez sur la page du 29 janvier 2020 d'autres détails, date du début de la session

Cours régulier

Le corps et l'énergie vitale

[-]

Yoga pour tous

Thématique de la session: Libre de soi-même

Voici l'horaire hiver yoga

Hatha Yoga pour tous

[-]
Notez que certaines dates sont sujet à changement

Tous les cours débutent à 18:00 et se terminent vers 19:15

Cours: Dates - Automne 2022 jusqu'à hiver 2023

Les cours débutent à 18 heure

Écrivez au professeur pour réserver votre place



Archives