

A woman is shown from the back, performing a yoga pose (Urdhva Dhanurasana) in a field of tall grass. She is wearing a white sports bra and shorts. A large, intricate white mandala is overlaid in the top right corner of the image.

L'objet du Yoga est de vous accompagner sur le chemin d'une évolution personnelle afin que vous puissiez réaliser votre potentiel inné et faire éclore la meilleure version de vous-même...

Atelier "Au delà de la posture"
Samedi 18 janvier 2025 9h30 - 12h30
à Préveessin - Tarif : 50 €
Infos/Inscription www.yogaunartdesoi.com

A woman is shown from the back, performing a yoga pose (Urdhva Dhanurasana) in a field of tall grass. She is wearing a white sports bra and shorts. A large, intricate white mandala is overlaid in the top right corner of the image.

Prenez un RDV avec vous-même et offrez-vous une pratique yogique complète comprenant :

- Toutes les familles de postures
- Techniques respiratoires
- Attention et concentration
- Relaxation profonde/yoga nidra
- Yoga du son & Mantra
- Ouvert à tous ceux qui désirent approfondir leurs connaissances

Atelier "Au delà de la posture"
Samedi 18 janvier 2025 9h30 - 12h30
à Préveessin - Tarif : 50 €
Infos/Inscription www.yogaunartdesoi.com