



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



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