

STAGE DE YOGA

YOGA NIDRA



« Le stress fait parti de la vie moderne, le problème n'est donc pas de l'éviter mais de le gérer. Si vous savez libérer et équilibrer vos tensions, vous pouvez contrôler vos émotions, votre colère et vos passions. Le yoga nidra est l'outil qui peut vous accompagner dans ce chemin de vie »

05 et 06 novembre 2016

Un stage de yoga animé par
Swami YOGA JYOTI à Meysse

Lieu : Salle Orchidée (à côté de la salle polyvalente), à MEYSSE



Association Hatha YOGA
758 allée du 22 août 1944 07400 ROCHEMAURE
hathayoga.meyesse@hotmail.com / tél : 06 67 66 75 61

En partenariat avec l'association Bija Yoga



Dans une dynamique d'évolution, le Yoga Saraswati garantit la qualité de la transmission de l'enseignement traditionnel fondé sur les textes anciens et les connaissances scientifiques actuelles.