

Au cœur du Yoga



Etude des Yoga Sūtras

suite du cycle d'étude : deuxième livre des Yogas Sūtras de Patañjali

L'étude des Yogas Sūtras de Patañjali, textes de référence du Yoga, nous amène à mieux comprendre ce qu'est le Yoga et à l'intégrer progressivement au cœur de notre vie.

Les ateliers d'étude des Yoga Sūtras comprennent :

- la récitation chantée des sūtras en sanskrit dans la tradition du chant védique;
- un temps d'échanges sur le sens des sūtras chantés.

Ils ont lieu **une fois par mois à Brignoud (hors vacances scolaires)**, en groupe de 3 à 5 personnes,

vendredi de 14h30 à 16h00 du 21 Septembre 2018 au 7 Juin 2019

Détail des dates : 21 Septembre, 12 Octobre, 23 Novembre, 14 Décembre, 18 Janvier, 8 Février, 8 Mars, 5 Avril, 10 Mai, 7 Juin.

avec Nathalie Bouchet, enseignante de Yoga, formatrice assistante, pédagogie Viniyoga

Tarifs :
série de 10 ateliers : 250 €
atelier à l'unité : 35€

Arrhes : chèque de 75€ à l'ordre de la SARL En Vie !, envoyer à l'adresse suivante :

55 allée des Mésanges 38190 Brignoud

Renseignements : 06 74 28 96 88 - sarl.envie@gmail.com

SARL En Vie ! capital de 7500€ - 503653354 RCS Grenoble - 55 allée des Mésanges 38190 BRIGNOUD.