

Au cœur du Yoga



Etude des Yoga Sūtras

**suite du troisième et début du quatrième livre des Yoga Sūtras de Patañjali :
démarches (samyama), accomplissement/pouvoirs (siddhi) et mutation ;
mises en garde, et but (kaivalya)**

L'étude des Yoga 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 **environ toutes les trois semaines à Brignoud** en groupe de 2 à 5 personnes,

vendredi de 14h30 à 16h du 11 Septembre 2020 au 25 Juin 2021

**Détail des dates : 11 Septembre, 2 Octobre, 6 et 27 Novembre, 18 Décembre, 8 et 22 Janvier, 5
Février, 5 et 19 Mars, 9 Avril, 7 Mai, 4 Juin et 25 Juin**

avec Nathalie Bouchet, enseignante de Yoga

**Tarifs : série de 14 ateliers : 360 €
atelier à l'unité : 40 €**

Arrhes : chèque de 120 € 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.