

Les samedis du Yoga 2024- 2025

*Pratiquiez, découvrez,
échangez...*

FACEBOOK
YOGADOMYOGA

Dôm Yoga - Valérie Laurent

Inscriptions et infos pratiques

Dôm Yoga - Valérie Laurent
22 Passage Clemenceau
03200 Vichy
06 63 61 39 16

Les samedis du yoga 2024- 2025



Un samedi par mois, une pratique longue suivie d'un atelier- découverte en lien avec le yoga



7 septembre 2024 Petite histoire de l'hindouisme

5 octobre 2024 Yoga et création de soi(e) – Atelier d'écriture

9 novembre 2024 Qu'est-ce que le yoga ?

7 décembre 2024 Yoga et création de soi(e) – Atelier d'écriture

11 janvier 2025 Les grands textes-sources

13h30-13h45 accueil

13h45-16h yoga

16h-16h30 pause et collation

16h30-18h atelier

18h-18h30 échanges et méditation

Tarif

35 euros

l'après-midi

270 euros

l'ensemble du cycle

1er février 2025 Yoga et création de soi(e) – Atelier d'écriture

15 mars 2025 Les figures majeures du yoga au XXe siècle

5 avril 2025 Yoga et création de soi(e) – Atelier d'écriture

17 mai 2025 Les 8 membres du yoga

14 juin 2025 Yoga et création de soi(e) – Atelier d'écriture