

# 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