

CLUB LÉO LAGRANGE AMPUS

vous propose chaque semaine un

Atelier de

YOGA

Mardi de 9h à 10h30

41 Rue Neuve à Ampus



Accessible à tous, le Yoga est naturel et vivant!

Le Yoga est une discipline psycho-physiologique qui mène vers l'auto-réalisation.

La pratique du Yoga permet d'installer de l'harmonie dans notre vie à travers un processus de métamorphose.

C'est un outil traditionnel (Tantra) qui réduit efficacement les tensions physiques émotionnelles et mentales afin que puisse s'exprimer notre Nature Véritable éternellement reliée à La Source Une.

Le Hatha Yoga nous aide à retrouver équilibre et vitalité à travers les postures (Asanas) et la conscience du souffle (Pranayama) dans un environnement calme et joyeux. Nous, Etres Humains, sommes les Artisans de notre Réalité !

Adhésion annuelle au Club Léo Lagrange 12€
Contact / Inscriptions Evelyne 06 26 40 24 15

Règlement des séances Trimestre 120€ Année 320€ Carte 10 séances 130€
Helen Piovant (Formation SATYANANDA)
04 94 50 68 93 helen.piovant27@gmail.com 06 09 18 35 93

REPRISE DE L'ATELIER MARDI 15 SEPTEMBRE 2020

Ne pas jeter sur la voie publique Merci