

Au cœur du Yoga



Étude des Yoga Sūtras deuxième livre des Yoga Sūtras de Patañjali

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 **une fois par mois à Brignoud** en groupe de 3 à 5 personnes,

lundi de 14h30 à 16h30 du 14 Septembre 2020 au 21 Juin 2021

Détail des dates : 14 Septembre, 12 Octobre, 16 Novembre, 14 Décembre, 18 Janvier, 22 Février, 22 Mars, 26 Avril, 31 Mai et 21 Juin.

avec Nathalie Bouchet, enseignante de Yoga

Tarifs : série de 10 ateliers : 350 €
atelier à l'unité : 45€

Arrhes : chèque de 125 € 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