




ANIMATION, FÊTE

5 ans de Yoga Svadhyaya : anniversaire ouvert

 **POITIERS** - Parc des Prés-Mignons

 19h00 à 23h00

Modalités d'inscription : Rendez vous Jeudi 4 Juin avec votre tapis et votre pique-nique.

Contact : celine@yogasvadhya.net 0611529606

Info : YogaSvadhya.net

En savoir plus :

<https://yogasvadhya.net/> <https://www.facebook.com/yogasvadhya/>

(<https://yogasvadhya.net/>)

Tarifs : Séance de yoga à prix libre et conscient à partir de 5€.

Structure organisatrice : Yoga Svadhya Céline Delage

Accès :

 Accès transports en commun à proximité

 Stationnement vélo à proximité

 **AJOUTER À MON CALENDRIER** ([HTTPS://SORTIR.GRANDPOITIERS.FR/AGENDA/5-ANS-DE-YOGA-SVADHYAYA-ANNIVERSAIRE-OUVERT-A-TOUSTES-58868/CALENDAR.ICS](https://sortir.grandpoitiers.fr/agenda/5-ans-de-yoga-svadhya-anniversaire-ouvert-a-toustes-58868/calendar.ics))

Soirée découverte, destinée aux personnes qui souhaitent découvrir le type de yoga que j'enseigne ou simplement venir profiter d'une séance en plein air sur le thème de la joie, adaptée à tous et toutes : chaque personne pratique à partir de là où elle en est.

Pas de compétition ni de performance dans le yoga que j'enseigne. Pas de posture parfaite, mais autant de postures qu'il y a de corps et d'histoires de vie. Chaque mouvement est porté par la respiration.

L'idée, c'est une séance de yoga géante, en nombre de personnes : adeptes et débutant-es, bienvenue !

La pratique de yoga sera suivie d'un quiz pour en savoir plus et interroger les idées reçues sur le sujet. Mes élèves pourront témoigner de leur expérience et je répondrai à vos questions.

Suivra un pique-nique partagé.

Je vous propose une soirée pour se faire du bien, se réapproprier nos corps, respirer, se rencontrer, partager et célébrer ce qui nous lie.

Date de repli : Le jeudi 11 juin même lieu, même heure.

© les contributeurs d'OpenStreetMap(<https://www.openstreetmap.org/copyright>)

