



Yoga pour
Tous

Année 2023-2024

YOGA *d'inspiration tibétaine*

Yoga d'éveil et d'union à l'Énergie Vie

A ROSENWILLER

A la salle communale

En face de la Mairie

67560 ROSENWILLER

RENTREE 2023 : le lundi 11 septembre

Lundi

Anciens :
18H00 à 19H30

Premier niveau :
19H45 à 21H15

Pour tous : séance de Méditation le lundi de 17H à 17h45

Forfait annuel : Yoga 330 € (possibilité en 3 chèques) Cotisation annuelle : 16 €
Méditation : 150 € ou 5€ à la séance
30 séances par année

Si un horaire vous intéresse et qu'il ne convient pas à votre niveau, merci de nous contacter.

Débutants : cours d'essai gratuit pendant le mois de septembre. Le reste de l'année : cours d'essai 15 €

La régularité de la pratique est essentielle

Ce yoga est accessible à tous : Mouvements fluides, Enchaînements, Respirations, Centration, Acuité, Présence, Conscience, Lâcher-prise, Intériorité, Silence, Déploiement, Rayonnement, Accomplissement de l'Être, Chemin de Vie.

Prévoir tenue souple - Matériel à apporter : couverture - un drap- coussin de Yoga .

Enseignante pour inscriptions et pour tous renseignements :

**Mady Schneiders-Jacquemin 06 82 39 40 99 ; madyschneiders@orange.fr
sur Facebook : Association Yoga pour Tous**

Inscription toute l'année : tarif au prorata du nombre de cours restants.