

L'équilibre dans tous ses états



*La Vie est en perpétuel mouvement, et c'est de cette agitation même que peut émerger un basculement dans l'équilibre que nous nous sommes créés.
Mais de quel équilibre s'agit-il ?*

Samedi 27 avril 2024
9h30 – 12h Salle Léopold Delmas - Générac

*Selon le Yoga, les facteurs d'équilibre sont multiples et l'Être est à considérer dans son ensemble.
Dans l'apprentissage du Yoga et des postures d'équilibre, nous travaillons l'ancrage et la stabilité, à la fois physique et psychique.
Corps et esprit alignés !*

Participation : 22€
**Inscription par e-mail : yogaclub.generac@gmail.com
centremandala.yoga@outlook.fr ou auprès de Cécile**
Salle Léopold Delmas – avenue Pierre Bessodes – Générac
(en face de Carrefour Market)