



## Atelier de Yoga

Samedi 14 février 2026

*C'est par une pratique de yoga en interaction et en duo que je vous propose  
d'aborder le thème de la bienveillance & de la résilience,  
qui sont au cœur de cette période tumultueuse !  
Comment mieux occuper ce jour de St Valentin qu'en manifestant l'amour  
universel qui relie entre eux tous les êtres ?*



**Matinée de 9h15 à 12h à la Salle St Exupéry – Caissargues**

(Derrière l'Intermarché à l'entrée de Caissargues)

**Participation : 25€** (pour les adhérents du GPY / non adhérent : 28€ )

Inscription par e-mail : [yoga.detente.caissargues@gmail.com](mailto:yoga.detente.caissargues@gmail.com)  
[centremandala.yoga@outlook.fr](mailto:centremandala.yoga@outlook.fr) ou auprès de Cécile