Comment le yoga nous change la vie

Les 23 et 24 novembre : week-end de yoga avec Barbara Litzler

www.yogapluriel.com

yoga pluriel

Comment le yoga nous change la vie

"Contrairement à la formulation courante, on ne “fait” pas du yoga, car le yoga est avant tout un retour à soi, un retour à l’essentiel. Le yoga n’est donc pas une activité mais une orientation intime qui, explorée pendant le temps privilégié de la séance, s’exprimera dans la vie de tous les jours au fur et à mesure de son intégration. Dans la voie du yoga, il ne s’agit pas de se développer mais plutôt de s’accomplir : s’approfondir, se rencontrer véritablement dans son authenticité, sa vérité et sa liberté."

Intervenante de yoga :
Barbara Litzler, élève de Jean Klein
Professeur de yoga, fasciathérapeute et formée au mouvement sensoriel
Auteur des livres le *Yoga des saisons* et *Yoga du Cachemire, un chemin spirituel*

Dates et horaires :
Samedi 23 novembre de 14h à 17h
Dimanche 24 novembre de 9h à 12h et de 13h à 16h

Lieu : Yoga Pluriel - 5 rue de Châtenois- 67100 Strasbourg

Tarif :
70€* le week-end
50€ samedi après-midi et dimanche matin

Renseignements et inscription :
Mail : yogapluriel@orange.fr
Tél : 06 70 80 89 17
www.yogapluriel.com

YOGA pluriel