



## INFORMATIONS



GUEBWILLER UGA

**PROFILS :** Enseignante Kundalini Yoga



Début le lundi 26 janvier 2026

**PRE REQUIS :**

Aucun pré-requis, le cours est ouvert à tous.



DURÉE : 01:00

**MATERIEL :**

La pratique de l'activité ne nécessite pas une tenue spéciale mais un tapis ou un coussin.

**CODE ACTIVITÉ :** 10GU836

**Prix :** **126.00 €**

## DESCRIPTION

Dans une ambiance conviviale, venez partager un moment de relaxation. Dans cet atelier, vous apprendrez à méditer pour évacuer votre stress et votre négativité.

Le cours est une méditation guidée.



## OBJECTIFS

Le cerveau d'une personne dans un état de méditation profonde émet des ondes thêta.

La Thêta Méditation est une :

- technique très profonde et relaxante
- guérissante énergétique
- puissante onde cérébrale Thêta qui augmente l'intuition et la créativité

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Lundi	26-01-2026	18:30	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Lundi	02-02-2026	18:30	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Lundi	09-02-2026	18:30	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Lundi	02-03-2026	18:30	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Lundi	09-03-2026	18:30	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Lundi	16-03-2026	18:30	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Lundi	23-03-2026	18:30	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Lundi	30-03-2026	18:30	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Lundi	27-04-2026	18:30	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Lundi	04-05-2026	18:30	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Lundi	11-05-2026	18:30	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Lundi	18-05-2026	18:30	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Lundi	01-06-2026	18:30	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Lundi	08-06-2026	18:30	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER