



INFORMATIONS



ROSENAU L'escale de Rosenau

(Salle Haute Istein)



Début le mardi 27 janvier 2026



DURÉE : 01:30

PROFILS : Prof certifié de yoga

PRE REQUIS :

tous niveaux

MATERIEL :

Apportez votre bonne humeur et un tapis.

CODE ACTIVITÉ : 10RO664

Prix : **264.00 €**

DESCRIPTION

Yoga ??? : union de l'esprit, du corps à travers les pranas ???? , la force vitale, guidée par les respirations.

Le but : la cessation des chittavrittis (par ex. modification du mental, les pensées, les désirs instantanés). Parvenir à l'état de calme intérieur ou Shanti (?????), en faisant tous nos Karmas ??? (les devoirs essentiels au monde), en restant dans la pleine conscience.



OBJECTIFS

Le cours vous procurera :

- de la relaxation
- du bien-être physique, mental et spirituel.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	27-01-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	03-02-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	10-02-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	03-03-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	10-03-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	17-03-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	24-03-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	31-03-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	07-04-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	28-04-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	05-05-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	12-05-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	19-05-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	26-05-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	02-06-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	09-06-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	16-06-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	23-06-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	30-06-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Mardi	07-07-2026	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU