



INFORMATIONS



UP REGIO BANTZENHEIM Local école primaire de Bantzenheim



Début le mercredi 29 janvier 2020



DURÉE : 01:15

PROFILS : Professeur de Yoga

PRE REQUIS :

Pas de pré-requis.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 4UR387

Prix : **80.00 €**

DESCRIPTION

Lahore Nadi Yoga

Le Lahore Nadi Yoga est une forme non-violente et douce de yoga. Dans la philosophie du Lahore Nadi Yoga, tout trouble corporel, émotionnel, intellectuel, relationnel, environnemental et spirituel, est d'abord dû à une déconnexion des « Nadi », c'est-à-dire à une rupture de la circulation de l'énergie dans les lignes énergétiques. Les « Nadi » sont donc des lignes énergétiques qui parcourent tout le corps et qui y font circuler l'énergie vitale dite « Oya » à travers ses différentes parties. Les techniques du Nadi Yoga permettent de rétablir ces connexions et posent ainsi les bases d'un véritable bien-être et d'un retour à la santé. Prévoir tenue vestimentaire souple. Apporter tapis de sol ou de bain.



OBJECTIFS

Retrouver plus de légèreté, d'énergie, de bien-être dans son corps et dans sa vie. S'ouvrir au monde et aux autres.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mercredi	29-01-2020	09:00	01:15	Local école primaire de Bantzenheim, Rue de l'école - 68490 BANTZENHEIM
Mercredi	05-02-2020	09:00	01:15	Local école primaire de Bantzenheim, Rue de l'école - 68490 BANTZENHEIM
Mercredi	12-02-2020	09:00	01:15	Local école primaire de Bantzenheim, Rue de l'école - 68490 BANTZENHEIM
Mercredi	04-03-2020	09:00	01:15	Local école primaire de Bantzenheim, Rue de l'école - 68490 BANTZENHEIM
Mercredi	11-03-2020	09:00	01:15	Local école primaire de Bantzenheim, Rue de l'école - 68490 BANTZENHEIM
Mercredi	18-03-2020	09:00	01:15	Local école primaire de Bantzenheim, Rue de l'école - 68490 BANTZENHEIM
Mercredi	25-03-2020	09:00	01:15	Local école primaire de Bantzenheim, Rue de l'école - 68490 BANTZENHEIM
Mercredi	01-04-2020	09:00	01:15	Local école primaire de Bantzenheim, Rue de l'école - 68490 BANTZENHEIM
Mercredi	08-04-2020	09:00	01:15	Local école primaire de Bantzenheim, Rue de l'école - 68490 BANTZENHEIM
Mercredi	29-04-2020	09:00	01:15	Local école primaire de Bantzenheim, Rue de l'école - 68490 BANTZENHEIM
Mercredi	06-05-2020	09:00	01:15	Local école primaire de Bantzenheim, Rue de l'école - 68490 BANTZENHEIM
Mercredi	13-05-2020	09:00	01:15	Local école primaire de Bantzenheim, Rue de l'école - 68490 BANTZENHEIM