



INFORMATIONS



ROSENAU L'escale de Rosenau

(Salle Haute Istein)



Début le lundi 28 septembre 2020



DURÉE : 01:30

PROFILS : prof de yoga

PRE REQUIS :

tout niveaux

MATERIEL :

Apportez votre bonne humeur et un tapis.

CODE ACTIVITÉ : 5RO370

Prix : **198.00 €**

DESCRIPTION

Yoga (???) = L'union de l'esprit , du corps au travers des pranas (???? -la force vitale , guidée par les respirations) . Le but- la cessation des chittavrittis (modification du mental par exemple les pensées les désirs instantanés) . C'est l'état de calme intérieur ou Shanti (?????) en faisant tout nos Karmas (???) (les devoirs essentiels au monde) en restant dans la pleine conscience.

OBJECTIFS

La relaxation et bien être physique, mental et spirituel.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Lundi	28-09-2020	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	05-10-2020	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	12-10-2020	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	02-11-2020	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	09-11-2020	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	16-11-2020	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	23-11-2020	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	30-11-2020	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	07-12-2020	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	14-12-2020	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	04-01-2021	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	11-01-2021	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	18-01-2021	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	25-01-2021	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	01-02-2021	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU
Lundi	08-02-2021	17:30	01:30	L'escale de Rosenau, route du sipes - 68128 ROSENAU