Hatha yoga

M. SINGH Ravinder

INFORMATIONS

MULHOUSE UP19
(Yoga)

Début le vendredi 25 mars 2022

DURÉE : 01:30

PROFILS : prof de yoga

PRE REQUIS :

Tous niveaux.

MATERIEL :

apportez votre bonne humeur et un tapis.

CODE ACTIVITÉ : 6MU0704

Prix : 126.00 €

DESCRIPTION

Yoga (**???**) = L'union de l'esprit , du corps au traverse 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 tous nos Karmas (???) (les devoirs essentiels au monde) en restant dans la pleine conscience.

Hatha yoga

M. SINGH Ravinder

OBJECTIFS

La relaxation et bien être physique, mental et spirituel.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Vendredi	25-03-2022	17:30	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Vendredi	01-04-2022	17:30	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Vendredi	08-04-2022	17:30	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Vendredi	29-04-2022	17:30	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Vendredi	06-05-2022	17:30	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Vendredi	13-05-2022	17:30	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Vendredi	20-05-2022	17:30	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Vendredi	03-06-2022	17:30	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Vendredi	10-06-2022	17:30	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Vendredi	17-06-2022	17:30	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Vendredi	24-06-2022	17:30	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Vendredi	01-07-2022	17:30	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Vendredi	08-07-2022	17:30	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE