

INFORMATIONS

 SIERENTZ Ancien Tribunal

 Début le jeudi 30 janvier 2025

 DURÉE : 01:30

PROFILS : Prof certifié de yoga

PRE REQUIS :

tous niveaux

MATERIEL :

Apportez votre bonne humeur et un tapis.

CODE ACTIVITÉ : 9SI0664

Prix : **209.00 €**

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
Jeudi	30-01-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	06-02-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	27-02-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	06-03-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	13-03-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	20-03-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	27-03-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	03-04-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	24-04-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	15-05-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	22-05-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	05-06-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	12-06-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	19-06-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	26-06-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ
Jeudi	03-07-2025	17:30	01:30	Ancien Tribunal, 17 rue Rogg Haas - 68510 SIERENTZ