

Grand Poitiers Communauté urbaine



ANIMATION, FÊTE

5 ans de Yoga Svadhyaya : anniversaire ouvert

 **POITIERS** - Parc des Prés-Mignons

 19h00 à 23h00

Modalités d'inscription : Rendez vous Jeudi 4 Juin avec votre tapis et votre pique-nique.

Contact : celine@yogasvadhya.net 0611529606

Info : YogaSvadhya.net

En savoir plus :

<https://yogasvadhya.net/> <https://www.facebook.com/yogasvadhya/>

[\(https://yogasvadhya.net/\)](https://yogasvadhya.net/)

Tarifs : Séance de yoga à prix libre et conscient à partir de 5€.

Structure organisatrice : Yoga Svadhyaya Céline Delage

Accès :

 Accès transports en commun à proximité

 Stationnement vélo à proximité

 **AJOUTER À MON CALENDRIER** ([HTTPS://WWW.GRANDPOITIERS.FR/INFORMATION-TRANSVERSALE/AGENDA/5-ANS-DE-YOGA-SVADHYAYA-ANNIVERSAIRE-OUVERT-A-TOUSTES-58868/](https://www.grandpoitiers.fr/information-transversale/agenda/5-ans-de-yoga-svadhya-anniversaire-ouvert-a-toustes-58868/))

Soirée découverte, destinée aux personnes qui souhaitent découvrir le type de yoga que j'enseigne ou simplement venir profiter d'une séance en plein air sur le thème de la joie, adaptée à tous et toutes : chaque personne pratique à partir de là où elle en est.

Pas de compétition ni de performance dans le yoga que j'enseigne. Pas de posture parfaite, mais autant de postures qu'il y a de corps et d'histoires de vie. Chaque mouvement est porté par la respiration.

L'idée, c'est une séance de yoga géante, en nombre de personnes : adeptes et débutant·es, bienvenue !

La pratique de yoga sera suivie d'un quiz pour en savoir plus et interroger les idées reçues sur le sujet. Mes élèves pourront témoigner de leur expérience et j'y répondrai à vos questions.

Suivra un pique-nique partagé.

Je vous propose une soirée pour se faire du bien, se réapproprier nos corps, respirer, se rencontrer, partager et célébrer ce qui nous lie.

Date de repli : Le jeudi 11 juin même lieu, même heure.

© les contributeurs d'OpenStreetMap(<https://www.openstreetmap.org/copyright>)



84, rue des Carmélites
86 000 Poitiers

Tel : 05 49 52 35 35

HORAIRES :

Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30