Yoga

Le mot « Yoga » vient d’une très ancienne racine sanskrite, « jug » qui signifie relier, joindre, unir, mettre ensemble, notamment le corps, le cœur et l’esprit.

Tout le travail tend à unifier l’être humain en le mettant en relation avec son intériorité. Accessible à tous.

Infos pratiques

Horaires :

- Vendredi de 19h15 à 20h15, puis relaxation jusqu'à 20h30