

21 JUIN JOURNÉE INTERNATIONALE DU YOGA

Venez Danser, Méditer, Expérimenter différents Yogas



lors d'ateliers découvertes
Samedi 16 Juin 2018

de 10H à 17H

dans les jardins de la Médiathèque de Sens
Rue René Binet

Entrée libre et gratuite

Heartfulness : Relaxation et Méditation sur le coeur
issue d'une tradition védique indienne

Graine de Lumière : Yoga des 12 Bonheurs

Méditation en mouvements dansés, en musique,
associant yoga et qi gong aux valeurs du coeur

Renseignements : Heartfulness Isabelle Klein 06 61 19 03 25

Graine de Lumière Marie Desforge 06 62 12 55 16