

STAGE YOGA

ANIMÉ PAR MARIE-LAURE

YOGA CRÉATIF : CÉLEBRER 2025 ET ACCUEILLIR 2026

Le dimanche 14 décembre 2025 de 10h30 à 13h30

Centre des Bords de Marne, 2, rue de la Prairie

94 170 Le Perreux

Cet atelier est construit comme un moment à s'offrir pour honorer ce qui a été vécu dans l'année 2025, remercier, boucler, lâcher prise et créer l'espace à l'intérieur de soi pour accueillir la nouvelle année.

Ce moment ensemble sera l'opportunité de se laisser inspirer par le groupe, se sentir relié et saisir cette opportunité pour faire des vœux au delà de soi.

Nous combinerons, une pratique de yin et hatha yoga autour d'un rituel poétique et créatif pour célébrer 2025 et se tourner vers 2026.

Cet atelier s'adresse à tous les niveaux de pratique et peut être une entrée à la découverte du yoga pour les débutants

Inscription indispensable avant le 9 décembre.

Participation : (chèque à l'ordre de CYDIQG)

Adhérent : 45€

Non adhérent : 50€.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :

MARIE-LAURE : 06 64 11 91 63

CENTRE YOGA DO IN QI GONG

22, rue de Nancy

94170 Le Perreux

www.cydiqq.fr