

ÉQUINOXE ÉTÉ

108 SALUTATIONS

& ÉCRITURE GUIDÉE

DIMANCHE

28 /06

09H30
- 12H00

PRATIQUE
EN PLEIN AIR
SAINT-HILAIRE
DU TOUVET



PROGRAMME

09H15 - 09H30
ACCUEIL

09H30 - 09H45
INTRODUCTION
/ PRÉSENTATION
/ MÉDITATION

09H45 - 11H00
ATELIER 108 SALUTATIONS
/ PRATIQUE
/ RELAXATION

11H15 - 12H00
ATELIER ÉCRITURE GUIDÉE
/ INTENTION POUR
L'ÉQUINOXE D'ÉTÉ

À PARTIR DE 12H00
BRUNCH EN EXTÉRIEUR (*)
/ À PARTAGER
(OPTIONNEL)

INFOS & RÉSA

CONTACT
GABRIELLE
& 06 65 94 07 84

DORINE
06 66 40 04 61

yoga.des.petites.roches
@gmail.com

TARIF

50€/ PERSONNE
(*) BRUNCH NON COMPRIS



Yoga
des Petites
Roches