



## INFORMATIONS



**MOLSHEIM** Château de Dorlisheim

(Salle de danse - 2ème étage)



**Début le** lundi 25 septembre 2023



**DURÉE** : 01:15

**Prix** : **252.00 €**

**PROFILS** : Professeur de yoga

### PRE REQUIS :

Débutants et pratiquants réguliers acceptés, cours tous niveaux.

Certificat médical à remettre à l'animateur, dès le premier cours.

### MATERIEL :

Prévoir un tapis de yoga non glissant, une tenue souple et éventuellement un coussin et une couverture.

**CODE ACTIVITÉ** : 8MO0662

## DESCRIPTION

Le yoga n'est pas une gymnastique. Il s'agit d'un chemin spirituel issu de l'Inde et transmis depuis des millénaires. Initialement la transmission était orale et directe de maître à disciple. Nous avons la chance aujourd'hui d'accéder à ces pratiques afin que chacun puisse se connecter à son être intérieur pour retrouver son équilibre et sa félicité initiales. Les postures, étirements, respirations, chants, etc....ne sont que des moyens pour tendre vers cet état d'être intérieur qui reste calme et heureux même quand tout bouge autour de nous.



## OBJECTIFS

Le yoga permet de vivre mieux en se laissant traverser par le flux de la vie.

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Lundi	25-09-2023	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	02-10-2023	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	09-10-2023	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	16-10-2023	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	06-11-2023	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	13-11-2023	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	20-11-2023	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	27-11-2023	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	04-12-2023	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	11-12-2023	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	18-12-2023	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	08-01-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	15-01-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	22-01-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	29-01-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	05-02-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	12-02-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	19-02-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	11-03-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	18-03-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	25-03-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	08-04-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	15-04-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	06-05-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	13-05-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	27-05-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	03-06-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	10-06-2024	19:30	01:15	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM