

YOGA NOMADE



Début du stage le vendredi à 16h, fin le dimanche à 14h.

Le week-end propose une immersion dans la pratique. Postures, respiration, méditation, autant de moments, « prétextes » à l'exploration, au savant exercice du dosage entre intensité corporelle et perception fine, entre intention et laisser faire, faire et ne rien faire.

WEEK-END IMMERSIF
Yoga intégral
Du 1er au 3 novembre 2024
Hôtel Beau-Site à Chemin Dessus Valais

Renseignements, inscriptions :
Sandra Piretti / 067 332 93 57

yoga-geneve.ch