

Journée de YOGA

Samedi 17 Juin, Centre Amma , près de chartres

en lien avec la Journée Internationale du Yoga le 21 juin



embracing the world™
France



JOURNÉE INTERNATIONALE DU YOGA
Samedi 17 juin 2017
Centre Amma-Ferme du Plessis (Pontgouin)

Nous vous proposons, avec la participation de plusieurs professeurs de yoga de la région, une journée riche et variée, placée sous le signe du yoga et de la culture indienne :

- 9h00** | Accueil des participants et mot d'accueil de Bri. Dipamrita
- 9h30** | Séances au choix dans 5 salles : Yoga Iyengar, Kundalini, Ashtanga, Nidra Yoga, Nada Yoga, Ayurveda
- 10h30** | Séances au choix dans 5 salles : Yoga Iyengar, Kundalini, Ashtanga, Nidra Yoga, Nada Yoga, Ayurveda
- 11h30** | Séance officielle du Ministère du Yoga, dirigée pour tous par Bri. Dipamrita
- 13h00** | Repas indien
- 14h10** | Visite guidée de la Ferme du Plessis
- 15h00** | Partage des enseignants sur la question : que vous a apporté le yoga ?
- 16h** | Méditation guidée par Bri. Dipamrita
- 16h30** | Goûter dans le parc
- 17h30** | Quelques bhajans (chants indiens) et mantra de paix

Le Centre Amma Ferme du Plessis, à Pontgouin, près de Chartres, propose une journée de yoga, dans le cadre de la journée internationale du yoga qui a maintenant lieu chaque année le 21 juin.

De 9h à 18heures, c'est l'occasion de vivre au cœur de l'Ashram d'Amma au rythme des pratiques de Hatha Yoga, des méditations, de la visite de l'Ashram et d'un repas indien.

Notre association y sera présente, Benoît Saillau animant un cours de Hatha Yoga dans le courant de la matinée.

Si vous souhaitez y participer, adressez un mail à « centreamma@etw-france.org » en précisant que vous vous inscrivez en tant que membre de Yoga et Créativité Orléans et de la part de Benoît Saillau. Le nombre de places étant limité, ne tardez pas à prendre contact.

Sur le site du Centre (<http://www.etw-france.org/>), une page est dédiée aux co-voiturage si vous souhaitez proposer ou demander une place dans une voiture : <http://www.etw-france.org/contacts/covoiturage/> .