

La voie des éléments et le yoga

Retraite de 3 jours



En découvrant la place des éléments en soi, il nous est possible de maintenir un meilleur équilibre et d'avoir une vie plus harmonieuse.

Visualisation, méditation, mandalas, marches dans la nature, temps de silence, théorie et pratiques de yoga font partie de ce séjour. Apportez vos crayons de couleur, journal de bord, ainsi que votre tapis et vos accessoires de yoga.



Lieu - Domaine Floravie (Région Rimouski)

Date - vendredi 23 juin au dimanche 25 juin

Heure - Début 9h & Fin 16h30

Coût - 450\$ (Incluant inscriptions, repas et documentation)

Possibilité de loger sur place | domainefloravie.com

Infos ou inscription (avant 1er juin 2018)

418. 392. 7274 | amrita@navigue.com

Lise Poirier, Auteure de : La voie des éléments. Équilibrer les éléments en soi par la pratique du yoga.

*Venez découvrir votre
paysage intérieur fait
de Terre, d'Eau, de Feu,
d'Air et d'Espace ...*