Lune Soleil

Yoga - Qi Gong et Feldenkrais

CONFÉRENCE

Hors des tapis, le Yoga, un art de vivre



Bien plus qu'une activité physique il **éveille la conscience du corps, de l'esprit, des émotions** et favorise **une vie plus saine, plus sereine, plus en conscience.**
Un véritable art de vivre au service de notre **équilibre.**

Le corps — *L'esprit* — *Les émotions* — *Une vie plus saine, plus sereine, plus en conscience*

SAMEDI 28 NOVEMBRE 2026
10H00 – 12H00
Salle des fêtes de Vaulx Milieu

Tarifs :

Adhérents	Non Adhérents
7€	10€

Poursuite des échanges autour d'un buffet gourmand offert et concocté par les adhérents.

Une conférence proposée par nos professeurs