

YOGA - EXPLORONS NOS CHAKRAS...

21.11.2021 : RACINE ET SACRE

12.12.2021 : PLEXUS ET CŒUR

23.01.2022 : GORGE ET 3^{ème} ŒIL

13.2.2022 : Les 7 CHAKRAS -ALIGNEMENT
ET MEDITATION DE CONNECTION.



Durant la pause hivernale je vous propose un module de 4 cours pour explorer et aligner au travers des postures et de la méditation nos 7 chakras .

Cours en ligne depuis chez vous via ZOOM de 10h à 11h15.

1 cours : 20.- / les 4 cours : 70.- Payable à l'inscription via mail :

info@yogashima.ch ou 076/413 64 63 .

Véronique Menoud - www.yogashima.ch